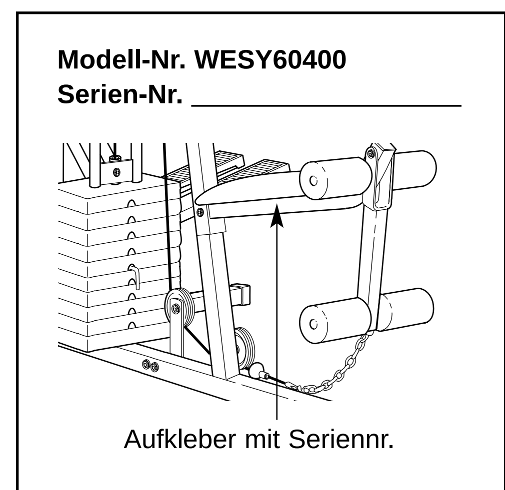
Modell-Nr. WESY60400
Serien-Nr. ___________________



HABEN SIE NOCH FRAGEN?

Als Hersteller ist es unser höchstes Ziel, unsere Kunden vollständig zufriedenzustellen. Falls Sie noch Fragen haben, oder feststellen sollten, daß Teile fehlen oder beschädigt sind, garantieren wir Ihnen schnelle Abhilfe durch direkten Service unseres Unternehmens.

Rufen Sie uns einfach an unter unserer Service-Telefon-Nr.: 01805 23 12 44. Unser Service-Team steht Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung. Unsere Bürozeiten sind von 9.00 bis 18.00 Uhr.

Telefonanrufe außerhalb Deutschlands: 0049 91 26 34 0

ACHTUNG!

Lesen Sie bitte aufmerksam alle Hinweise und Anleitungen, bevor Sie dieses Gerät in Betrieb nehman. Heben Sie diese Anleitung für eventuellen späteren Gebrauch auf.

WEIDER Viper 2000

BEDIENUNGSANLEITUNG

INHALTSVERZEICHNIS

Hinweis: Ein DIAGRAMM ZUR IDENTIFIZIERUNG DER TEILE und eine EXPLOSIONSZEICHNUNG finden Sie in der Mitte dieser Anleitung. Ziehen Sie dieses DIAGRAM FÜR DIE IDENTIFIZERUNG DER TEILE und diese EXPLOSIONSZEICHNUNG HER aus, ehe Sie mit der Montage anfangen.

WICHTIGE HINWEISE

ACHTUNG: Lesen Sie vor Beginn Ihres Trainings mit der Heimfitneßstation unbedingt die nachfolgenden Hinweise, um ernsthafte Verletzungen zu vermeiden.

1. **Lesen Sie sorgfältig alle Anweisungen, die in dieser Bedienungsanleitung und in der beigefügten Information enthalten sind, bevor Sie die Heimfitneßstation benutzen.**
2. **Benutzen Sie die Heimfitneßstation nur auf ebenem Fußboden und decken Sie ihn zum Schutz mit einer Unterlage ab.**
3. **Überprüfen Sie vor jedem Training alle Einzelteile und ziehen Sie Teile nach, die sich eventuell gelöst haben. Defekte oder abgenutzte Teile müssen unbedingt sofort ausgetauscht werden.**
4. **Kinder junger als 12 und Haustiere sollten immer unbedingt vom Heimfitneßstation ferngehalten werden.**
5. **Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch alle Kabel. Vergewissern Sie sich, daß das Kabel immer auf der Rolle aufliegt. Sollte das Kabel während des Trainings einmal verhaken, unterbrechen Sie sofort das Training und kontrollieren Sie, ob sich das Kabel noch in der Rolle befindet. Ersetzen Sie die Kabel alle zwei Jahre.**
6. **Halten Sie Hände und Füße von beweglichen Teilen fern.**
7. **Tragen Sie zum Schutz während des Trainings immer Sportschuhe.**
8. **Lassen Sie Arme, Beinhebel, Lat–Stange oder Nylonriemen nicht los, wenn die Gewichte erhöht sind. Die Gewichte fallen sonst mit großer Kraft.**
9. **Stehen Sie immer auf einer Fußplatte, wenn Sie eine Übung ausführen, weil die Heimfitneßstation sonst umkippen könnte.**
10. **Entfernen Sie die Lat-Stange von der Heimfitneßstation, wenn Sie eine Übung ausführen, in der Sie die Lat-Stange nicht benutzen.**
11. **Die Widerstandszylinder werden während des Gebrauchs sehr heiß. Warten Sie bis die Wider-standszylinder kühlenab bevor Sie sie angreifen.**
12. **Sollten Sie während des Trainings Schmerzen empfinden oder falls Ihnen schwindelig wird, hören Sie bitte sorfort auf zu trainieren und machen Sie Abkühlübungen.**
13. **Dieses Heimfitneßstation ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen. Verwenden Sie dieses Heimfitneßstation nicht in kommerziellem, verpachtetem oder institutionellem Rahmen.**

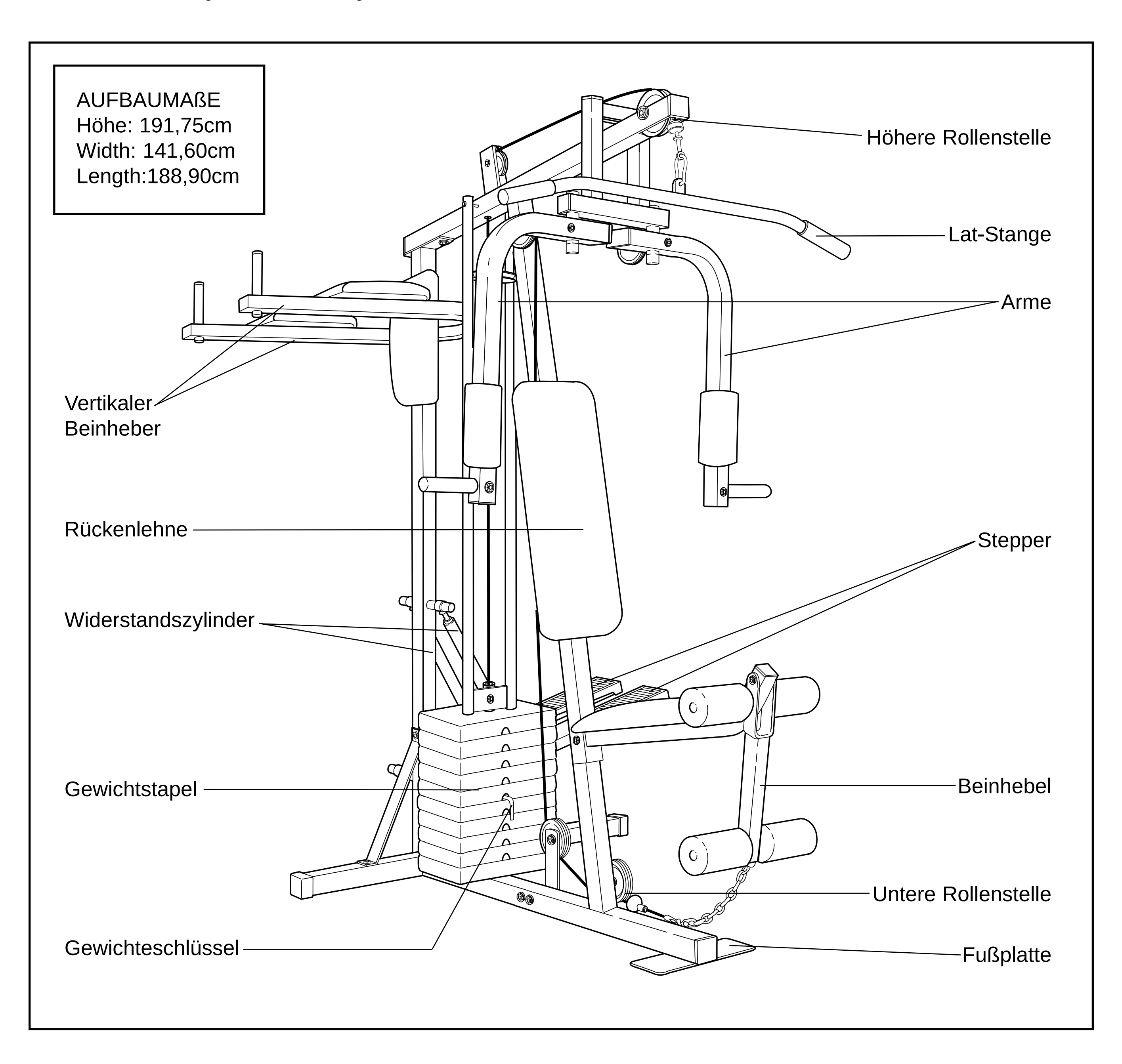
ACHTUNG: Bevor Sie mit diesem oder irgendeinem anderen Training beginnen, konsultieren Sie zuvor Ihren Hausarzt. Dies ist besonders wichtig für Personen, die über 35 Jahre alt sind oder die gesundheitliche Probleme haben oder hatten. Lesen Sie vor der Benutzung dieser Fitneßstation sorgfältig alle Anweisungen. Die Firma ICON übernimmt keinerlei Haftung für persönliche Verletzungen oder Sachschäden, die aufgrund der Benutzung dieses Gerätes entstanden sind.

BEVOR SIE BEGINNEN

Zunächst unseren recht herzlichen Dank, daß Sie sich für die WEIDER® VIPER 2000 entschieden haben. Die VIPER 2000 bietet Ihnen durch verschiedene Gewichtsstationen die Möglichkeit, sämtliche Hauptmuskelgruppen zu trainieren. Egal, ob Sie Ihren Körper in Form bringen möchten, Ihre Muskeln vergrößern und Ihre Kraft erhöhen möchten, oder ob Sie für ein gesünderes Herz-Kreislauf-System trainieren möchten, die VIPER 2000 Heimfitneßstation wird Ihrnen dabei helfen, Ihre gewünschten Trainingsziele zu erreichen.

Lesen Sie zu Ihrem eigenen Vorteil sehr sorgfältig diese WEIDER® VIPER 2000 Bedienungsanleitung. Sollten Sie noch irgendwelche Fragen oder Probleme haben, bitte setzen Sie sich in Verbindung mit unseren Kundendienst unter der Service-Telefon-Nr.: 01805 23 12 44 anrufen. Unsere Bürozeiten sind von 9.00 bis 18.00 Uhr. Halten Sie bitte vor Ihrem Anruf die Modell- und die Seriennummer Ihres Gerätes bereit. Die Modell-Nummer lautet WESY60400. Die Seriennummer finden Sie auf dem beigefügten Aufkleber auf der VIPER 2000 (siehe erste Seite dieser Bedienungsanleitung.

Bevor Sie nun weiterlesen, werfen Sie bitte zunächst einen Blick auf die unten stehende Zeichnung und machen Sie sich mit den gekennzeichneten Einzelteilen vertraut.



MONTAGE

Lesen Sie vor dem Aufbau alle Informationen und Anweisungen sorgfältig durch:

- Legen Sie alle Bestandteile der VIPER 2000 auf eine freie Fläche aus und entfernen Sie das Ver-packungs-material. Werfen Sie das Verpackungs-material nicht weg, bis die Montage ganz ausgeführt ist. Lesen Sie jede einzelne Anweisung vor der Montage durch.

- **Verwenden Sie das DIAGRAMM ZUR IDENTIFIZIE-RUNG DER TEILE in der Mitte dieser Anlei-tung**, um sich bei der Montage die Suche nach Kleinteilen zu erleichtern. Anmerkung: Bestimmte Teile sind schon vor dem Versand montiert worden. Wenn ein Bestandteil nicht im Teilesack zu finden ist, überprüfen Sie bitte, ob er nicht schon an einem anderen Teil befestigt worden ist.

- Sehen Sie während der Montage zu, daß alle Teile so gerichtet sind wie abgebildet.

- Ziehen Sie alle Schrauben und Muttern fest, es sei denn, andere Anweisungen werden gegeben.

FOLGENDE (nicht enthaltene) WERKZEUGE WER-DEN FÜR DIE MONTAGE BENÖTIGT:

- **zwei (2) englische Schlüssel** 
- **ein (1) Schraubendreher**
- **ein (1) Kreuzschlitzschraubendreher** 
- **ein Gummihammer** 
- **Schmiermittel—z.B. Fett oder Vaseline—und Seifenwasser braucht man auch.**

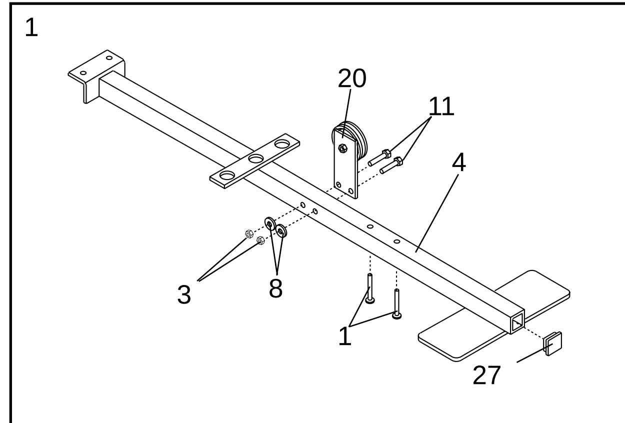
Um sich die Montage zu erleichtern, hält man bestens folgende Werkzeuge bereit: einen Steckschlüsselsatz, einen Gabelschlüssel- oder Ringgabelschlüsselsatz oder einen Rätschenschlüsselsatz.

1. **Sehen Sie zu, daß Sie vor der Montage alle Anweisungen oben auf dieser Seite gelesen haben.**

   Drücken Sie eine 2” Innenkappe (27) in die Grundplatte (4) ein.

   Befestigen Sie die Rollenplatte (20) mit zwei 5/16” x 2 3/4” Bolzen (11), zwei 5/16” flachen Unterlegscheiben (8) und zwei 5/16” Nylon-Kontermuttern (3) an der Grundplatte (4).

   Drücken Sie die beiden 5/16” x 2 1/2” Schraubenbolzen (1) in die Grundplatte (4) ein.

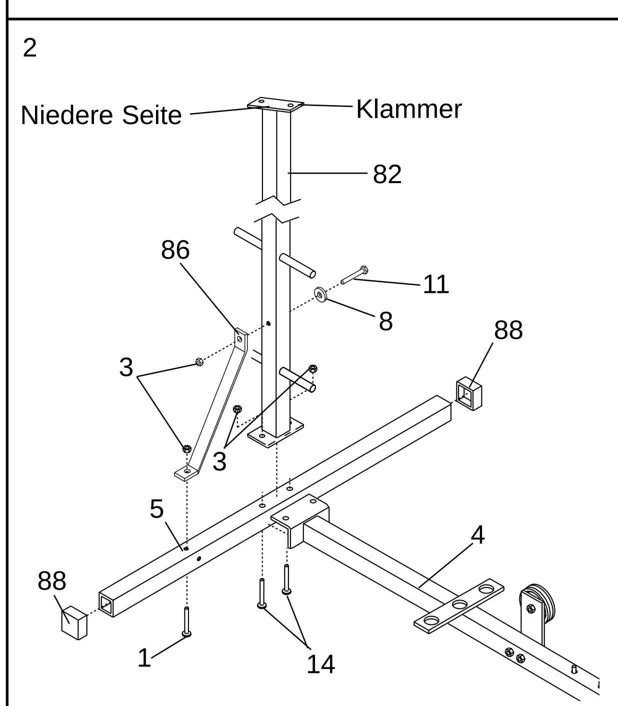


2. Drücken Sie die beiden 2” Außenkappen (88) auf die Stabilisierstange (5) auf.

   Drücken Sie zwei 5/16” x 2 3/4” Schraubenbolzen (14) und ein 5/16” x 2 1/2” Schraubenbolzen (1) von unten nach oben durch die Stabilisierstange (5) durch. Schieben Sie die Klammer am Ende der Grundplatte (4) auf die Schraubenbol-zen wie abgebildet. Stellen Sie die Hintere Aufhängestange (82) auf die zwei 5/16” x 2 3/4” Schraubenbolzen. **Achten Sie darauf, daß die Hintere Aufhängestange so ausge-richtet ist, wie angezeigt.** Führen Sie zwei 5/16” Nylon-Kontermuttern (3) auf die Schraubenbolzen. **Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern noch nicht fest.**

   Schieben Sie ein Ende der Stütze (86) auf den 5/16” x 2 1/2” Schraubenbolzen (1) in der Stabilisierstan-ge (5). Drehen Sie eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3) auf den Schraubenbolzen. **Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern noch nicht fest.**

   Befestigen Sie das andere Ende der Stütze (86) an der Hinteren Aufhängestange (82) mit einem 5/16” x 2 3/4” Bolzen (11), einer 5/16” Flachen Unterlegscheibe (8), und einer 5/16” Nylon-Kontermutter (3). **Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern noch nicht fest.**

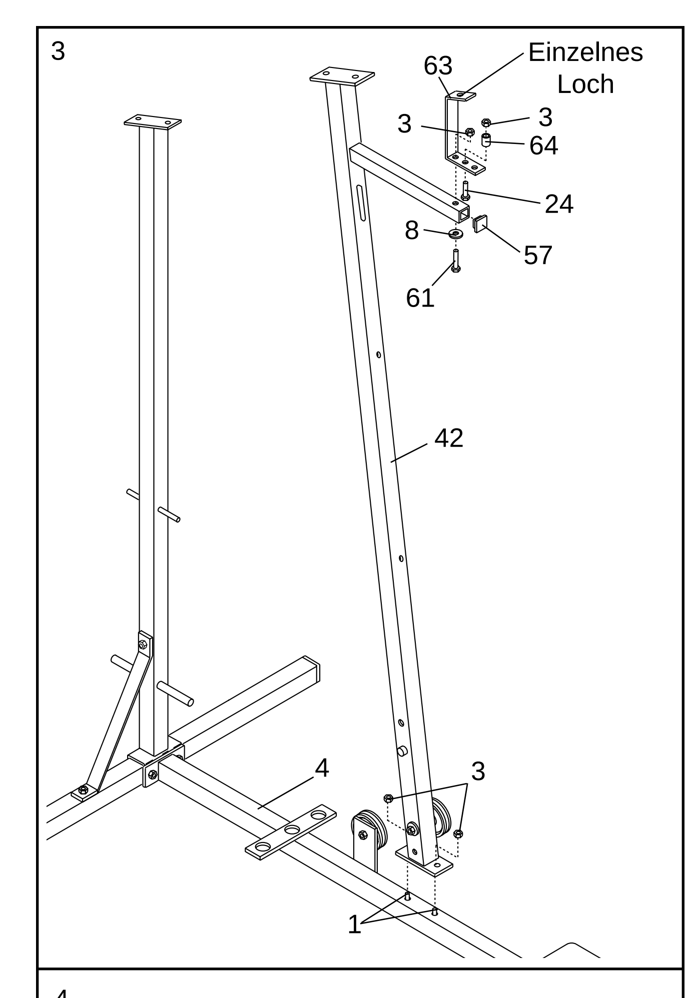


3. Drücken Sie die 1 1/4” Innenkappe (57) in die Vordere Aufhängestange (42) ein.

   Befestigen Sie den 1” Plastik-Stopper (64) in das **mittlere Loch** der Stopklammer (63) mit einem 5/16” x 1 1/2” Bolzen (24) und einer 5/16” Nylon-Kontermutter (3).

   Befestigen Sie die Stopklammer (63) mit einem 5/16” x 2” Bolzen (61), einer 5/16” Flachen Unterlegscheibe (8) und einer 5/16” Nylon-Kontermutter (3) an der Vorderen Aufhängestange (42).

   Schieben Sie die Vordere Aufhängestange (42) auf die zwei 5/16” x 2 1/2” Schraubenbolzen (1) an der Grundplatte (4). Schrauben Sie die zwei 5/16” Nylon-Kontermuttern (3) auf die Schraubenbolzen. **Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern noch nicht fest.**



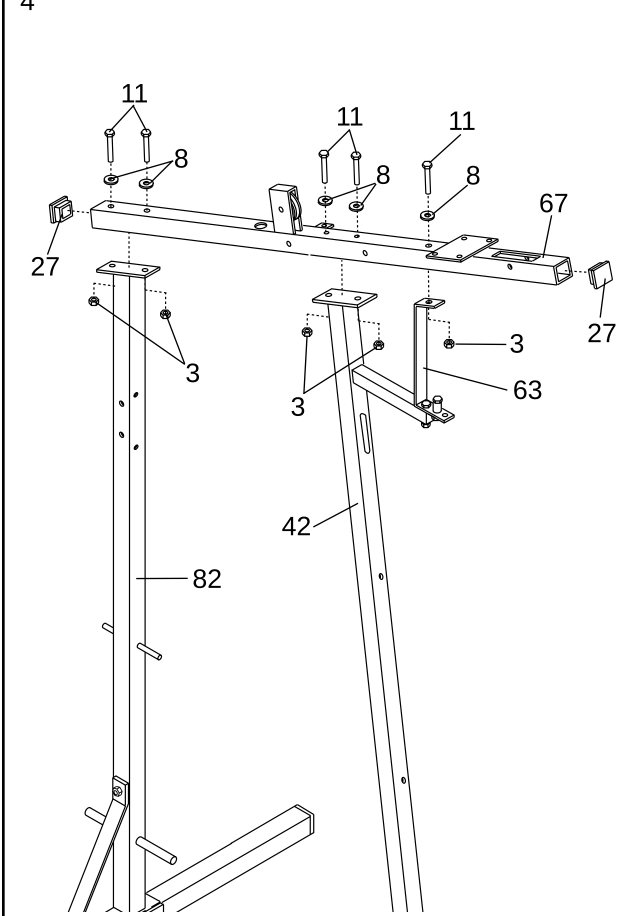
4. Drücken Sie zwei 2” Innenkappen (27) in den Oberen Rahmen (67) ein.

   Befestigen Sie den Oberen Rahmen (67) an der Vorderen Aufhängestange (42). Dazu brauchen Sie jeweils zwei 5/16” Flache Unterlegscheiben (8) und 5/16” Nylon-Kontermuttern (3). **Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern noch nicht fest.**

   Befestigen Sie den Oberen Rahmen (67) an der Stopklammer (63). Dazu brauchen Sie einen 5/16” x 2 3/4” Bolzen (11), eine 5/16” Flache Unterlegscheibe (8) und eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3). **Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern noch nicht fest.**

   Befestigen Sie den Oberen Rahmen (67) am Hinteren Rahmen (82). Dazu brauchen Sie zwei 5/16” x 2 3/4” Bolzen (11), zwei 5/16” Flache Unterleg-scheiben (8) und zwei 5/16” Nylon-Kontermuttern (3).

   Ziehen Sie die Nylon-Kontermuttern, die Sie in den Montagestufen 2 bis 4 gebraucht, fest an.



5. Drücken Sie zwei 1 1/2” Buchsen (93) in das Linke Pedal (90) und zwei Buchsen in das Rechte Pedal (89). Befestigen Sie an beiden Pedalen mit je einer 1/2" Blechschraube (6) eine Pedalabdeckung (92).

   Schmieren Sie die Pedalachsen an der Hinteren Aufhängestange (82). Schieben Sie das Linke Pedal (90) auf die Linke Pedalachse und das Rechte Pedal (89) auf die Rechte Pedalachse. **Anmerkung: Achten Sie darauf, daß die Pedale auf den richtigen Seiten angebracht werden; die Einstellungslöcher müssen dabei auf der Innenseite der Pedale sein.** Halten Sie einen 1” Spannring (54) und einen 1” Runden Deckel (55) gegen das Ende der linken Pedalachse. **Die Zähne des Spannrings müssen dabei nach außen gebogen sein.** Klopfen Sie den Spannring und den Runden Deckel auf die Pedalachse. Befestigen Sie das Rechte Pedal auf die gleiche Weise.

6. Schmieren Sie die Zylinderachsen der Hinteren Aufhängestange (82). Schieben Sie je ein 5/8” Abstandstücke (97) und einen Widerstandszylinder (91) auf den Rechten Zylinderachse. **Achten Sie darauf, daß das Distanzstück so orientiert ist, wie hier angezeigt**. Halten Sie einen 5/8” Spannring (95) und einen 5/8” Runden Deckel (96) gegen das Ende der rechten Zylinderachse. **Die Zähne des Spannringes müssen dabei nach außen gebogen sein.** Klopfen Sie den Spannring und den Runden Deckel auf die Zylinderachse.

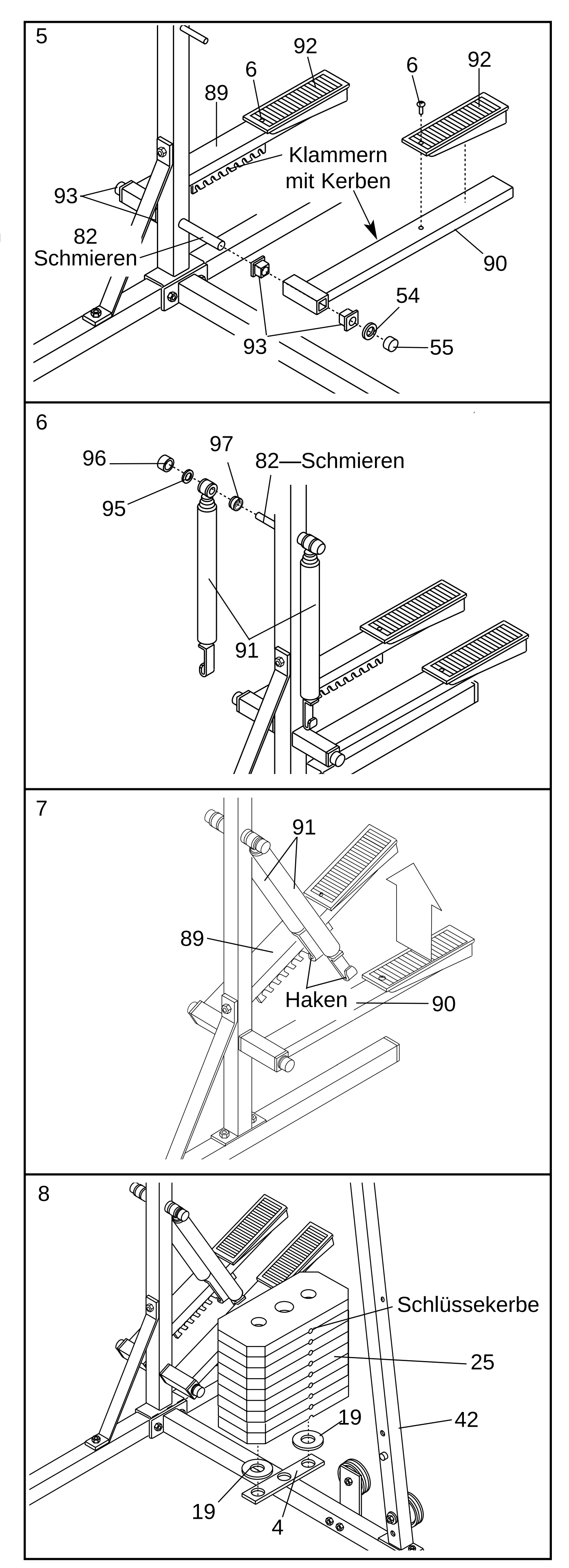
   Schieben Sie ein Widerstandszylinder (91) auf den Linken Zylinderachsen auf duie gleiche weise zusammen.

7. Heben Sie das Linke Pedal an und schieben Sie die Haken des Linken Widerstandszylinder (91) in eines der Kerben am Linken Pedal.

   Heben Sie das Rechte Pedal an und schieben Sie die Haken des Rechten Widerstandszylinder (91) in eines der Kerben am Rechten Pedal. **Achen Sie darauf, daß die Haken unter beiden Pedalen auf derselben Höhe sind.**

8. Legen Sie die beiden Gewichtspuffer (19) auf die Grundplatte (4) wie abgebildet. Die Löcher der Gewichtspuffer sollen mit denen der Grundplatte übereinstimmen.

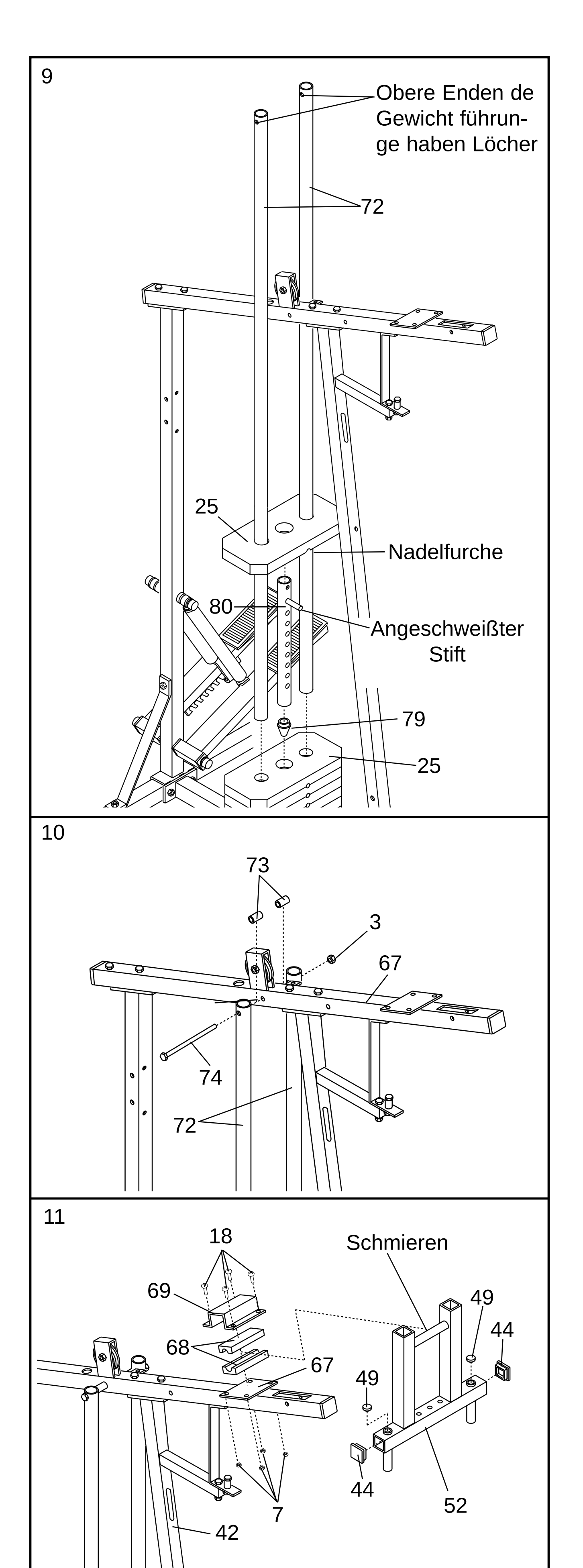
   Stapeln Sie neun Gewichte (25) auf die Gewichtspuffer (19) auf. Die Löcher der Gewichte müssen mit den Gewichtspuffer übereinstimmen. **VORSICHT: Sorgen Sie dafür, daß der Stapel der Gewichte nicht umkippt oder umgestoßen wird bis Stufe 9 ausgeführt wurde.**



9. Drücken Sie die Gewichtsrohrendkappe (79) in das Gewichtsohr (80) wie abgebildet.

   Drücken Sie das Gewichtsrohr (80) in den Stapel der Gewichte (25). Schieben Sie das zehnte Gewicht (25) auf das obere Ende des Gewichtsrohrs. Das Gewichtsrohr muß so gedreht sein, daß der angeschweißte Stift auf der Schlüsselkerbung des Gewichtes zu liegen kommt.

   Finden Sie die unteren Enden der Gewichtsleitstangen (72)—es gibt nämlich Löcher an den oberen Enden. Führen Sie die unteren Enden der Gewichtsleitstangen in die zehn Gewichte (25).



10. Befestigen Sie die oberen Enden der Gewichtsleitstangen (72) am Oberen Rahmen (67). Dazu brauchen Sie den 5/16” x 6” Bolzen (74), die beiden 1/2” x 3/4” Buchsen (73) und eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3).

11. Drücken Sie zwei 1 3/4” Innenkappe (44) und zwei 1” Runde Innenkappe (49) in den Armrahmen (52).

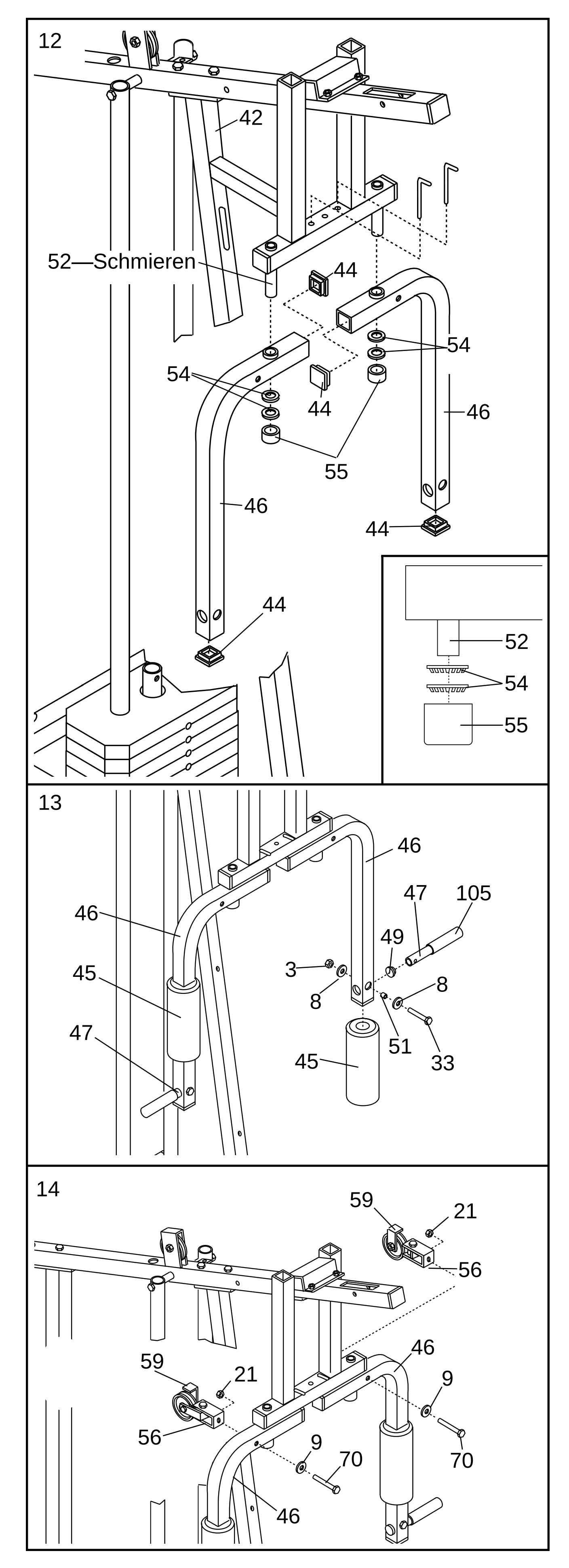
    Schmieren Sie die höhere Achse des Armrahmens (52). Halten Sie die Achse zwischen die zwei Armrahmenbuchsen (68). Setzen Sie die Armrahmenbuchsen und den Armrahmen auf die angeschweißte Platte am Oberen Rahmen (67). Geben Sie die Armrahmenklammer (69) über die Armrahmenbuchsen. Befestigen Sie die Armrahmenklammer am Oberen Rahmen mit vier 1/4” x 3/4” Schrauben (18) und 1/4” Nylon-Kontermuttern (7).

12. Drücken Sie je zwei 1 3/4” Innenkappen (44) in beide Arm (46).

Schmieren Sie die unteren Achsen des Armrahmens (52). Schieben Sie einen Arm (46) auf einen der Achsen. Das obere Ende des Armes muß sich zwischen der Vorderen Aufhängestange (42) und der Klammer des Armrahmens (52) befinden. Halten Sie zwei 1” Spannringe (54) und einen 1” Runden Deckel (55) gegen das untere Ende der Achse. **Die Zähne der Spannringe müssen dabei gegen die Runden Deckel hin gebogen sein (siehe eingesetzte Detailzeichnung).** Klopfen Sie die Spannringe und die Runden Deckel auf die Achse.

Montieren Sie den anderen Arm (46) auf die se ebe Weise am Armrahmen (52).

Stecken Sie die zwei 4 1/2” “L” Stifte (60) down durch die angezeichten angezeigten Löcher im Armrahmen (52) und in den Armen (46).



13. Feuchten Sie die beiden Arme (46) mit Seifenwasser an. Schieben Sie eine 7 3/4” Schaumstoffauflage (45) auf jeden Arm.

Drücken Sie eine 1” Runde Innerkappe (49) in das Ende eines 7” Griffes (47) wie abgebildet ein. Feuchten Sie das andere Ende des Griffes mit Seifenwasser an und schieben Sie einen Handgriff (12) auf den Griff. Drücken Sie den 7” Griff (47) in einen der Armen (46) ein. Befestigen Sie den Griff, dazu brauchen Sie einen 5/16” x 2 1/4” Bolzen (33) zwei 5/16” Flachen Unterlegscheiben (8), ein 1/2” x 3/8” Abstandsstück (51) und eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3).

Montieren Sie einen 7” Griff (47) auf dieselbe Weise am anderen Arm (46).

14. Befestigen Sie eine große “U”-Klammer (56) an einem der Arme (46) mit einem 3/8” x 2 3/4” Bolzen (70), einer 3/8” Flachen Unterlegscheibe (9) und einer 3/8” Nylon-Kontermutter (21). **Achten Sie darauf, daß sich die Kabelklammer (59) auf der angezeigten Seite befindet.**

Befestigen Sie eine große “U”-Klammer (56) auf dieselbe Weise am anderen Arm (46).

15. Befestigen Sie die Breite Drehklammer (71) an der Klammer an der Seite des Oberen Rahmens (67). Dazu brauchen Sie den 5/16” x 3 1/4” Bolzen (35) und eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3). **Ziehen Sie die Nylon-Kontermutter nicht allzu fest, denn die Breite Drehklammer muß sich frei drehen können.**

16. Sollten die rechts abgebildeten Teile nicht zusammengestellt sein, folgen Sie den Anweisungen unten.

    Befestigen Sie die beiden “I”-Platten (78) mit zwei 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) und zwei 3/8” Nylon Kontermuttern (21) an zwei 4 1/2” Rollen (77). **Drehen Sie die Nylon-Kontermuttern erst nach Montagestufe 24 ganz auf den Bolzen fest.**

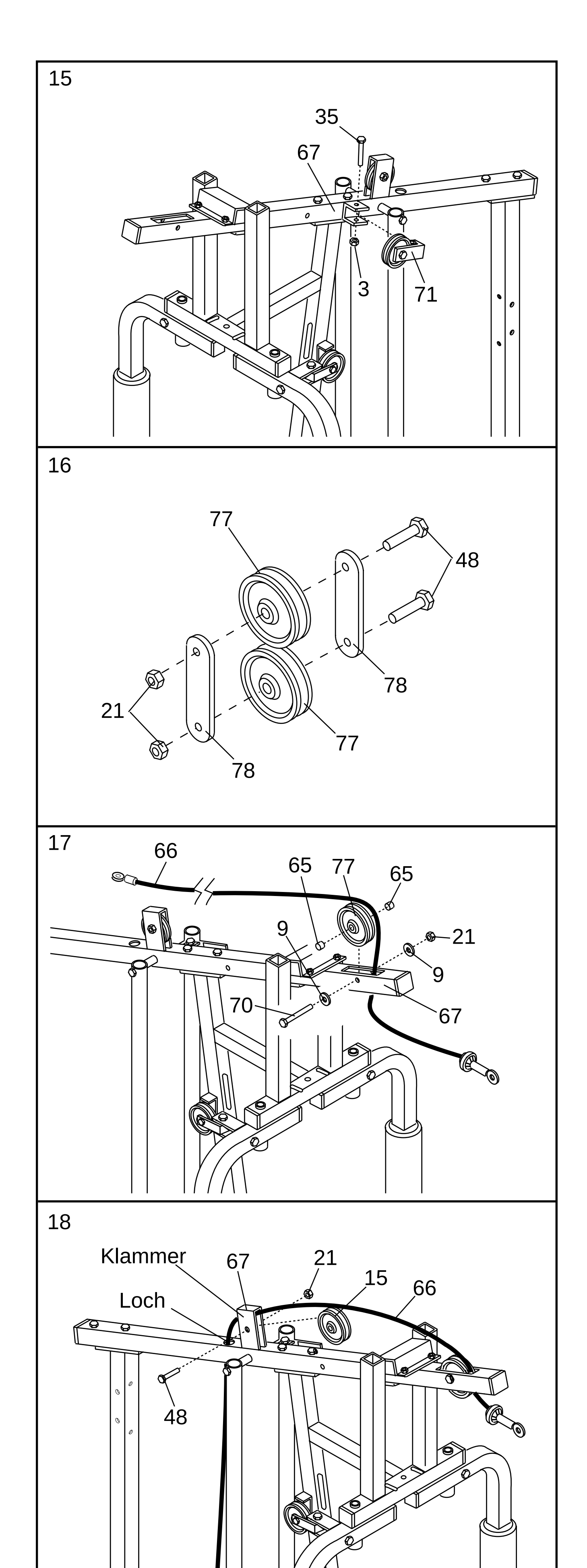
17. **WICHTIGER HINWEIS: Bei der Montage des Langen Kabels (66) und des Kurzen Kabels (nicht abgebildet) sollen Sie sich das KABEL-DIAGRAMM auf Seite 19 dieser Anleitungen ansehen, damit Sie die Montage der Kabel zweifellos richtig ausführen.**

    Suchen Sie sich am Langen Kabel (66) das Ende mit dem Metalloch ohne Gummiball. Führen Sie dieses Ende des Kabels von unter herauf durch den oberen Rahmen (67) wie abgebildet durch.

    Legen Sie das Langen Kabel (66) über eine 4 1/2” Rolle (77) auf. Befestigen Sie die Rolle innerhalb des Oberen Rahmens (67). Dazu brauchen Sie einen 3/8” x 2 3/4” Bolzen (70), zwei 3/8” Flache Unterlegscheiben (9), die beiden 1/2” x 1/2” Abstandsstücke (65) und eine 3/8” Nylon-Kontermutter (21).

18. Entfernen Sie den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48), die 3/8” Nylon-Kontermutter (21) und die 3 1/2” Rolle (15) von der angezeigten Klammer am Oberen Rahmen (67). Führen Sie das Lange Kabel (66) durch den Loch am Oberen Rahmen wie angezeigt

    Befestigen Sie die 3 1/2” Rolle (15) mit dem 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) und der 3/8” Nylon Kontermutter (21) wieder an der Klammer des Oberen Rahmens (67). **Achten Sie darauf, daß das Lange Kabel zwischen der Rolle und dem oberen Teil der Klammer verläuft.**



19. Entfernen Sie die 3/8” Nylon-Kontermutter (21), den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) und die 4 1/2” Rolle (77) vom einen Ende der “I”-Platten (78). Führen Sie das Lange Kabel (66) unter der Rolle vorbei und befestigen Sie die Rolle wieder mit dem Bolzen und der Nylon-Kontermutter an den “I”-Platten.

Beziehen Sie sich auf die eingesetzte Detailzeichnung. (Hinweis: Die Breite Drehklammer [71] ist am Oberen Rahmen [67] befestigt; sie wird hier nur zur besseren Erläuterung separat gezeigt.). Befestigen Sie eine Rolle und eine Kabelklammer (59) an der Breiten Drehklammer (71) mit einem 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) und einer 3/8” Nylon-Kontermutter (21). **Achten Sie darauf, daß die Kabelklammer in der angezeigten Position angebracht wird.**

20. Wickeln Sie das Lange Kabel (66) unten um eine 3 1/2” Rolle (15) am Linken Arm (46) herum. Ziehen Sie die 3/8” Nylon-Kontermutter (21) und den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (nicht abgebildet) fest. **Achten Sie darauf, daß die Kabelklammer (59) in der angezeigten Position angebracht wird.**

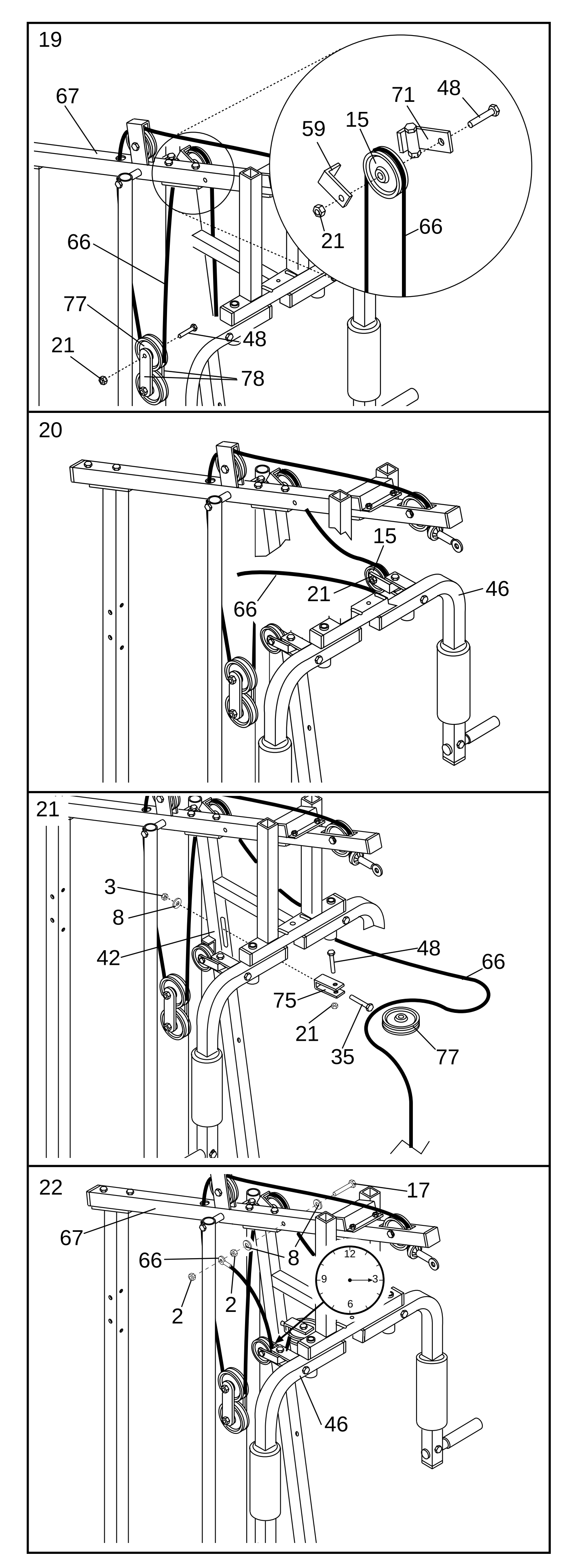
21. (Hinweis: Die 4 1/2” Rolle [77] ist an der Einstellungs-”U”-Klammer [75] befestigt.) Befestigen Sie die Einstellungs-“U”-Klammer (75) am Vorderen Aufhängestangen (42). Dazu brauchen Sie einen 5/16” x 3 1/4” Bolzen (35), eine 5/16” Flachen Unterlegscheibe (8) und eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3). **Drehen Sie die Nylon-Kontermutter nur um zwei ganze Umdrehungen auf den Bolzen.**

Entfernen Sie den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48), die 3/8” Nylon-Kontermutter (21) und die 4 1/2” Rolle (77) von der Einstellungs-“U”-Klammer (75). Wickeln Sie das Lange Kabel (66) wie angezeigt um die Rolle. Befestigen Sie dann die Rolle wieder mit dem Bolzen und der Nylon-Kontermutter an der Einstellungs-“U”-Klammer.

22. Wickeln Sie das lange Kabel (66) nach oben um eine 3 1/2” Rolle (15) am Rechten Arm (46) herum. Ziehen Sie den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) und die 3/8” Nylon Kontermutter (nicht abgebildet) fest. **Achten Sie darauf, daß die Kabelklammer (59) in der angezeigten Position angebracht wird.**

Befestigen Sie den 5/16” x 3” Bolzen (17), zwei 5/16” Flache Unterlegscheiben (8) und eine 5/16” Kontermutter (2) im Loch am oberen Rahmen (67) wie abgebildet.

Schieben Sie das Ende des langen Kabels (66) auf das Ende des 5/16” x 3” Bolzen (17). Ziehen Sie noch eine 5/16” Kontermutter (2) am Bolzen fest.



23. Halten Sie das angezeigte Ende des Kurzen Kabels (23) unter die 3 1/2” Rolle (15) an der Vorderen Aufhängestange (42). Befestigen Sie den 5/16” x 3 1/2” Bolzen (87), zwei 5/16” Flache Unterlegscheiben (8), das 1” Metallabstandsstück (22) und eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3) am Vorderen Aufhängestangen (42) wie abgebildet. **Achten Sie darauf, daß das Kurze Kabel zwischen der Rolle und dem Metallabstandsstück verläuft.** Ziehen Sie die 3/8” Nylon-Kontermutter (21) und den 3/8” x 3 1/2” Bolzen (nicht abgebildet) fest.

Führen Sie das Kurze Kabel (23) nach oben und um die 3 1/2” Rolle (15) an der Rollenplatte (20). Ziehen Sie die 3/8” Nylon-Kontermutter (21) und den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) fest. **Achten Sie darauf, daß sich die Kabelklammer (59) in der 6-Uhr-Position befindet.**

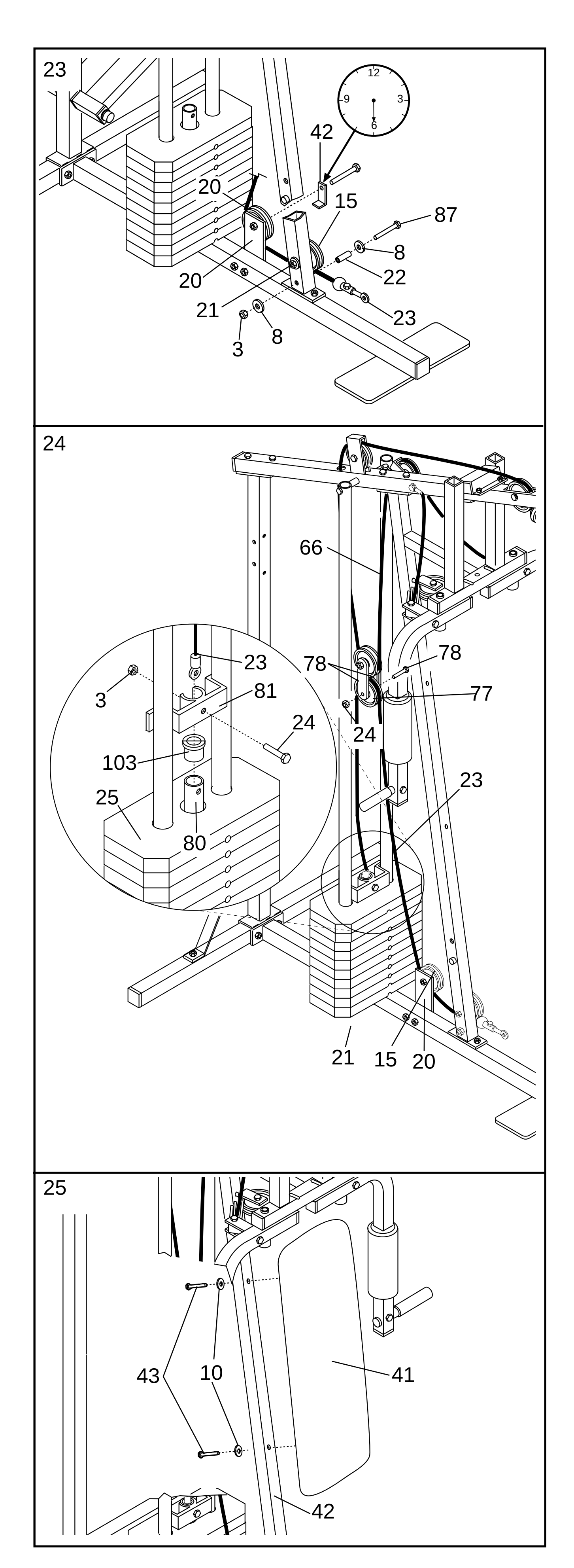
24. Entfernen Sie die 3/8” Nylon-Kontermutter (21), den 3/8” x 1 3/4” Bolzen (48) und die 4 1/2” Rolle (77) vom unteren Ende der “I”-Platten (78). Führen Sie das Kurze Kabel (23) über die Rolle und befestigen Sie die Rolle mit dem Bolzen und der Nylon-Kontermutter wieder an den “I”-Platten.

Siehe eingesetzte Detailzeichnung. Schieben Sie die Plastikflanschbuchse (103) auf das Gewichtsrohr (80). Drucken Sie die Plastikflanschbuchse in das oberste Gewicht (25) ein. Schieben Sie die Gewichtsleitstangenklammer (81) auf das obere Ende des Gewichtsrohrs wie abgebildet. **Dabei müssen Sie wohl etwas mit dem Gummiham-0mer auf die Gewichtsleitstangenklammer klopfen, um sicher zu gehen, daß die Plastikflanschbuchse fest auf dem obersten Gewicht aufliegt.**

Führen Sie das Ende des Kurzen Kabels (23) in das obere Ende des Gewichtsrohrs (80) ein. Schieben Sie einen 5/16” x 1 1/2” Bolzen (24) durch die Gewichtsleitstangenklammer (81), das Gewichtsrohr, und das Kurze Kabel durch. Ziehen Sie eine 5/16” Nylon-Kontermutter (3) am Bolzen fest.

WICHTIGER HINWEIS: Das Kurze und das Lange Kabel (23, 66) müssen an den Rollen richtig liegen und angemessen straff gezogen sein. Zum Straffziehen der Kabel siehe man unter DIE KABEL SPANNEN auf Seite 18 dieser Anleitungen nach.

25. Befestigen Sie die Rückelehne (41) am Vorderen Rahmen (42) mit zwei 1/4” x 2 1/2” Schrauben (43) und zwei 1/4” Flachen Unterlegscheiben (10).



26. Drücken sie eine 1 1/2” Innenkappe (32) in den Sitzrahmen (36) ein.

Schieben Sie einen 1/4” x 2” Schraubenbolzen (38) in die Mitte einer jeden Sitzplatte (37) ein. Befestigen Sie die Sitzplatten am Sitz (13) mit vier 1/4” x 3/4” Schrauben (18).

Schieben Sie die beiden 1/4” x 2” Schraubenbolzen (38) in den Sitzrahmen (36) ein. Sehen Sie zu, daß der Sitz (13) so gedreht ist, daß das breite Ende gegen die 1 1/2” Innenkappe (32) gerichtet ist. Ziehen Sie die beiden 1/4” Nylon-Kontermuttern (7) mit 1/4” Flachen Unterlegscheiben (10) an den Schraubenbolzen fest.

27. Drücken Sie eine 1 1/2” Innenkappe (32) in den Beinhebel (29) ein.

Befestigen Sie den 5/16” x 2” Ringbolzen (62) am Beinhebel (29) mit einer 5/16” Flachen Unterlegscheibe (8) und einer 5/16” Nylon-Kontermutter (3).

Schmieren Sie einen 5/16” x 2 1/4” Bolzen (33). Befestigen Sie den Beinhebel (29) am Sitzrahmen (36) mit dem Bolzen und einer 5/16” Nylon-Kontermutter (3). **Ziehen Sie diese Nylon-Kontermutter nicht allzu fest; der Beinhebel muß sich frei drehen können.**

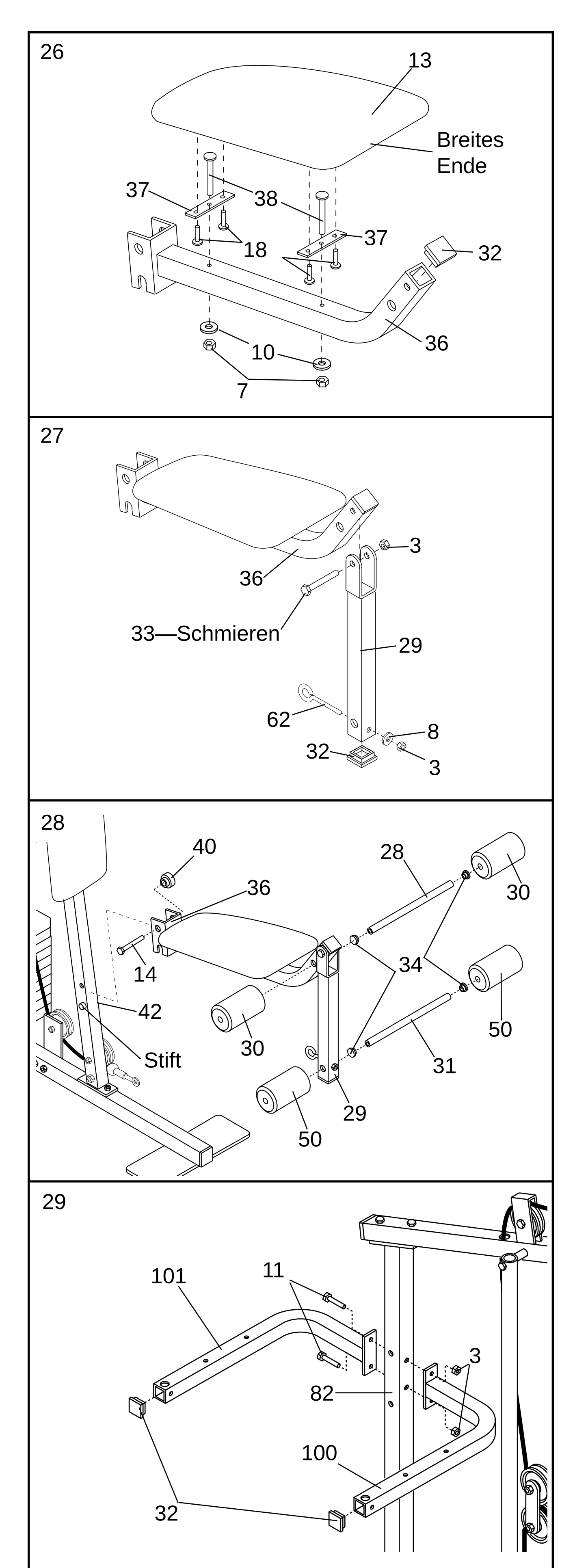
28. Legen Sie die Klammer am Sitzrahmen (36) auf die angegebenen Stifte am Vorderen Rahmen (42). Befestigen Sie den Sitzrahmen mit einem 5/16” x 2 3/4” Schraubenbolzen (14) und dem Sitzknopf (40).

Drücken Sie 3/4” Runde Innenkappen (34) in die Enden der 13 1/2” Polsterrohre (28). Schieben Sie das Polsterrohr in den Sitzrahmen (36) ein. Schieben Sie ein 6” Polster (30) auf jedes Ende des Polsterrohrs.

Drücken Sie 3/4” Runde Innenkappen (34) in die Enden der 13” Polsterrohre (28).Schieben Sie das Polsterrohr in den Beinhebel (29) ein. Schieben Sie ein 5 1/2” Polster (50) auf jedes Endes des Polsterrohrs.

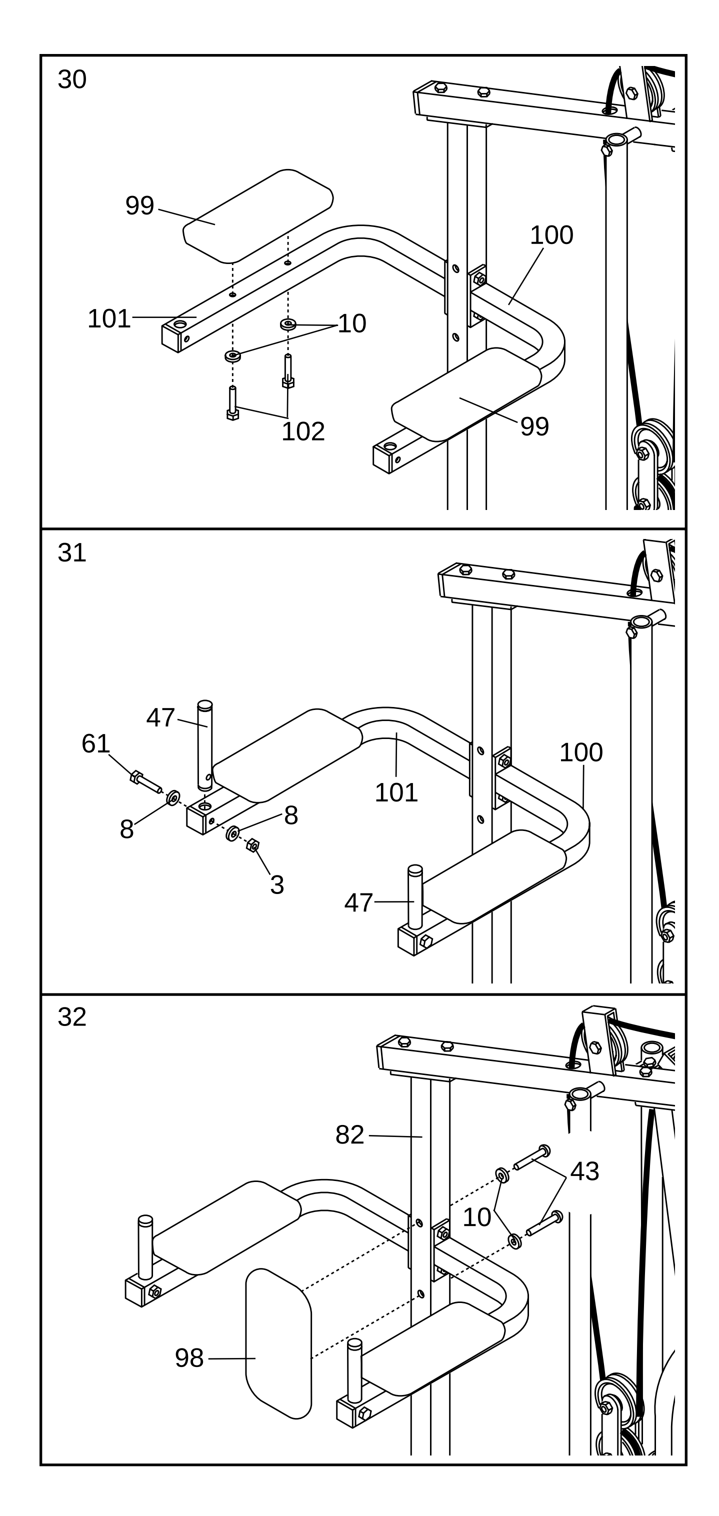
29. Drücken Sie 1 1/2” Innenkappen (32) in den Rechten und den Linken Arm (100, 101) ein.

Befestigen Sie den Linken Arm (100) und den Rechten Arm (101) am den Hinteren Rahmen (82) mit zwei 5/16” x 2 3/4” Bolzen (11) und 5/16” Nylon-Kontermuttern (3).



30. Befestigen Sie eine Beinheber (99) am Rechten Beinheber (101) mit zwei 1/4” X 2” Schrauben (102) und 1/4” Flachen Unterlegscheiben (10).

Befestigen Sie eine Beinheber (99) auf dieselbe Weise am Linken Beinheber (100).



31. Drücken Sie einen 7” Griff (47) in den Rechten Beinheber (101) ein. Befestigen Sie den Griff mit einem 5/16” x 2” Bolzen (61), zwei 5/16” Flachen Unterlegscheiben (8) und einer 5/16” Nylon-Kontermutter (3).

Befestigen Sie den zweiten 7” Griff (47) auf dieselbe Weise am Linken Beinheber (100).

32. Befestigen Sie die Beinheber-Rückenlehne (98) am Hinteren Rahmen (82) mit zwei 1/4” x 2 1/2” Schrauben (43) und zwei 1/4” Flachen Unterlegscheiben (10).

33. Vergewissern Sie sich, daß alle Teile richtig befestigt sind. Der Gebrauch aller anderen Teile wird auf Seite 15 der Anleitung (EINSTELLEN) erklärt. Bevor Sie die Heimfitneßstation benutzen, ziehen Sie jedes Kabel ein paarmal an, um sich zu versichern daß die Kabel sich leicht über die Rollen bewegen. Sollte sich eines der Kabel nicht leicht bewegen, suchen und korrigieren Sie das Problem bevor Sie die Heimfitneßstation benutzen. **WICHTIG: Sollten die Kabel nicht richtig verlaufen können diese beschädigt werden, wenn schwere Gewichte benützt werden. Sehen Sie die KABELDIAGRAMME auf Seite 19 dieser Anleitung.**

ANMERKUNGEN

EINSTELLEN

Die Anweisungen unten beschreiben, wie die verschiedenen Teile des Gewichtssystems eingestellt werden können. **WICHTIGER HINWEIS: Beim Montieren der Latstange oder des Nylon-Gürtels müssen Sie sich in acht nehmen, daß jene Teile in der vorgeschriebenen Position zur Ausführung der gewünschten Übung sind. Falls das Kabel oder die Kette beim Üben schlaff ist, wird die Wirkung der Übung verringert.**

VERSTELLEN GEWICHTSMENGE

Um die Gewichtsmenge zu verstellen, stecken Sie den 5” Gewichtsschlüssel (26) so weit hinein, bis der gebogene Teil des Gewichtsschlüssel dicht an den Gewichten (25) liegt, drehen Sie dann den Gewichtsschlüssel nach unten. Das Gewicht kann von 12,5 Pfund (5,7 kg) bis 125 Pfund (57 kg) verändert werden—und zwar in Abständen von 12,5 Pfund (5,7 kg). **HINWEIS: Wegen der Wirkung der Kabel und der Rollen schwankt der eigentliche Widerstand etwas bei jeder Gewichtsmenge. Sehen Sie sich die Gewichtswiderstandstabelle auf Seite 17 an, um sich über die eigentliche Höhe des Widerstands bei jeder Gewichtsmenge zu informieren.**

Hinweis: 1 kg = 2,2 Pfund.

VERSTELLEN DER ARME ZUR DRÜCKEINSTELLUNG ODER ZUR BUTTERFLY-EINSTELLUNG

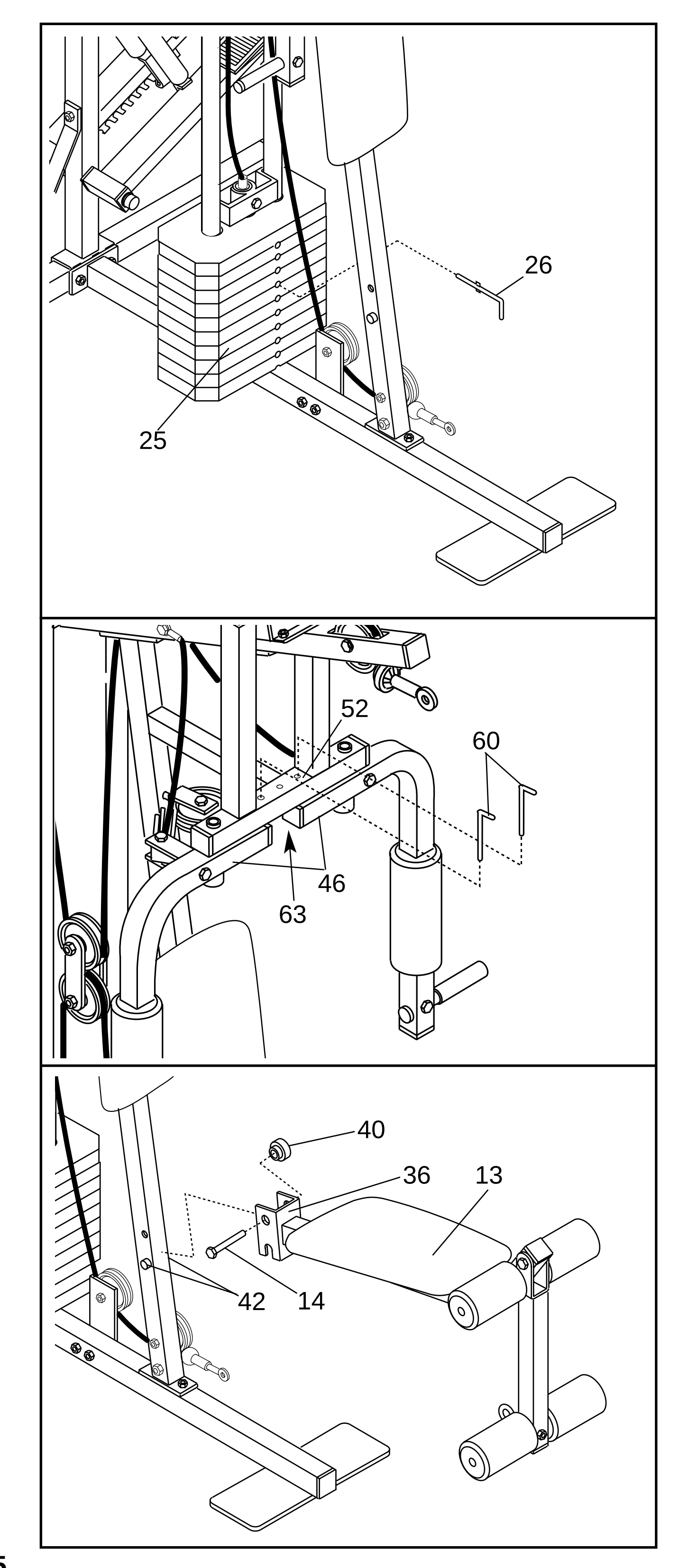
Um die Bankdrück-übung auszuführen, muß man die Arme (46) zur Drückeinstellung verstellen. Dazu steckt man die beiden 4 1/2” “L”-Stifte (60) nach unten durch die abgebildeten Löcher am Armrahmen (52) und durch die Arme durch.

Zur Ausführung der BUTTERFLY-Übung muß man die die Arme (46) zur BUTTERFLY-Einstellung verstellen. Dazu steckt man eine der 4 1/2” “L”-Stifte (60) nach unten durch das Loch in der Mitte des Armrahmens (52) und durch die Stop-Klammer (63) durch. Der zweite”L”-Stifte wird einstweilen nicht verwendet.

BEFESTIGEN UND ENTFERNEN DES SITZES

Legen Sie die Klammer des Sitzrahmens (36) auf die abgebildeten Stifte an der vorderen Aufhängestange (42). Befestigen Sie den Sitzrahmen am vorderen Haupt-rahmen mit dem 5/16” x 2 3/4” Schraubenbolzen (14) und dem Sitzknopf (40).

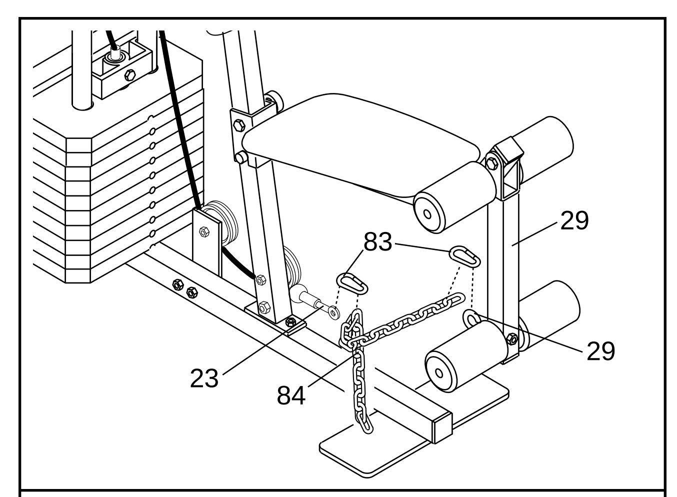
Bei manchen Übungen muß der Sitz (13) entfernt werden. Dazu sorgt man zunächst dafür, daß die Kette nicht am Beinhebel befestigt ist. Nun nimmt man den Sitzkopf (40) ab und den 5/16” x 2 3/4” Schraubenbolzen (14) aus dem Sitzrahmen (36) heraus. Zuletzt hebt man den Sitzrahmen von der vorderen Aufhängestange (42) weg.



BEFESTIGEN DES BEINHEBELS AN DER UNTEREN ROLLLENSTELLE

Um den Beinhebel (29) zu benützen, muß der Sitz an der Vorderen Aufhängestange befestigt werden (siehe BEFESTIGEN UND ENTFERNEN DES SITZES auf Seite 15).

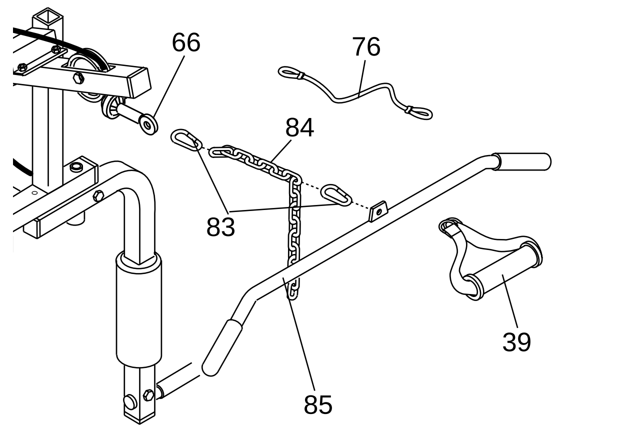
Befestigen Sie die Kette (84) zwischen dem 5/16” x 2” Ring-bolzen (62) an dem Beinhebel (29) und dem Kurzen-kabel (23) mit zwei Karabinern (83).



BEFESTIGEN DER LATTE ODER DES NYLONRIEMEN AN DER HOHEREN ROLLENSTELLE

Befestigen Sie die Lat–Stange (85) an dem Langen Gewichts-Kabel (66) mit einem Karabiner (83). Für manche Übungen soll die Kette (84), und/oder der Nylonriemen (76) zwischen der Lat–Stange und dem Langen Kabel mit zwei Karabinern befestigt werden. **Stellen Sie die Länge der Kette zwischen der Lat–Stange und dem Langen Kabel so ein, daß die Lat–Stange in der richtigen Position für die Durchführung der Übung ist.**

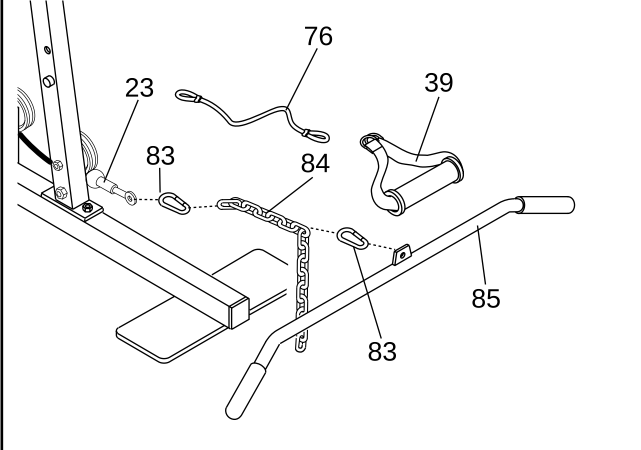
Der Nylonriemen (39) kann auf dieselbe Weise befestigt werden.



BEFESTIGEN DER LAT-STANGE ODER DES NYLONRIEMENS AN DER UNTEREN ROLLE INSTELLE

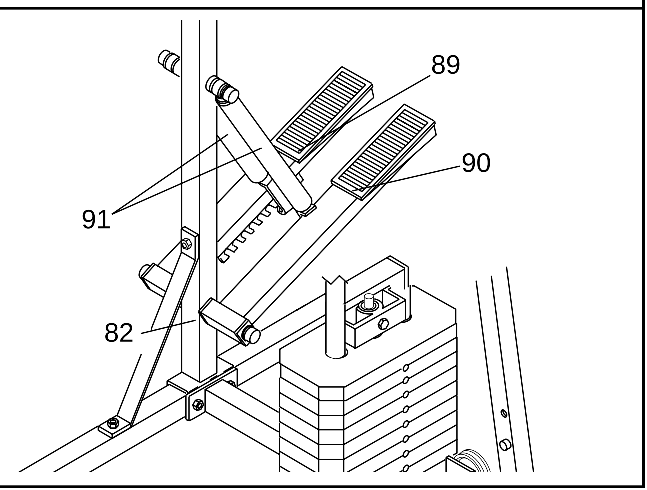
Befestigen Sie die Lat–Stange (85) an dem Kurzen Kabel (23) mit einem Karabiner (83). Für manche Übungen soll die Kette (84), und/oder der Nylonriemen (76) zwischen der Lat–Stange und dem Langen Kabel mit zwei Karabinern befestigt werden. **Stellen Sie die Länge der Kette zwischen der Lat–Stange und dem Kurzen Kabel so ein, daß die Lat–Stange in der richtigen Position für die Durch-führung der Übung ist.**

Der Nylonriemen (39) kann auf dieselbe Weise befestigt werden.



DES TRITTWIDERSTANDES

Um den Widerstand der Pedale zu ändern, müßen Sie zuerst das Rechte und das Linke Pedal (89, 90) von den Haken am unteren Ende des Widerstandszylinders (91) herunterheben. Geben Sie die Haken unter andere Einkerbungen unter den Pedalen. **Passen Sie auf, daß die Haken in die selben Kerben unter bei den Pedalen eingefügt werden.** Je weiter die Haken von der Hinteren Aufhängestange (82) entfernt angebracht sind, desto größer der Widerstand. **ACHTUNG: Die Widerstandszylinder werden während des Gebrauchs sehr heiß. Lassen Sie die Zylinder abkühlen, bevor Sie sie angreifen.**



GEWICHTSWIDERSTANDTABELLE

GEWICHTE-PLATTEN	ANDRUCK-BÜGEL	BUTTERFLY-BÜGEL	BEINHEBEL	HOHEROLLEN STELLE	NIEDERE ROLLENSTELLE
1	29	26	18	16	18
2	48	39	32	30	32
3	69	50	45	43	45
4	83	64	58	56	58
5	107	80	71	68	71
6	129	96	84	80	84
7	145	112	98	93	98
8	163	130	110	105	110
9	181	149	125	117	125
10	183	nicht zu verwenden	134	128	134

Der genaue Widerstand kann bei jeder Station etwas von diesen Angaben abweichen, da die einzelnen Gewichtsplatten leiche Unterschiede aufweisen und da die Reibung der Kabel, Rollen und Gewichtführungen ebenfalls in Betracht zu ziehen ist.

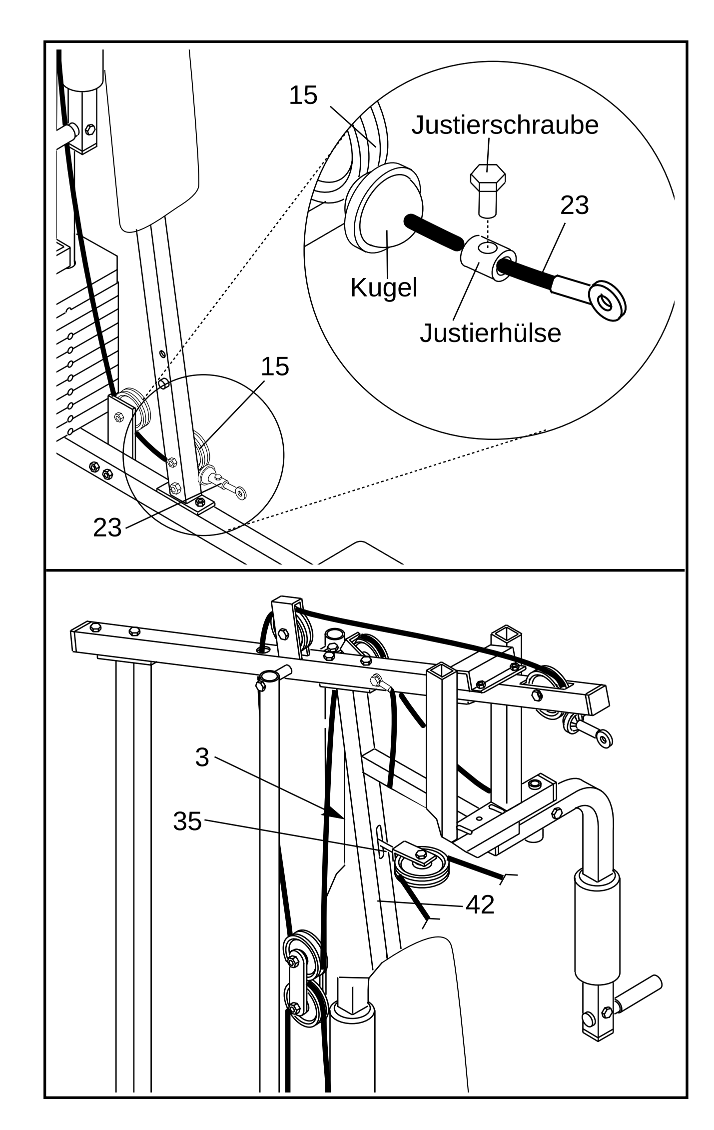
FEHLERSUCHE UND WARTUNG

Untersuchen und befestigen Sie vor jedem Training alle Teile an der Heimfitneßstation. Ersetzen Sie abgenutzte Teile sofort. Die Heimfitneßstation kann mit einem feuchten, weichen Tuch und einem milden Reinigungsmittel geputzt werden. Verwenden Sie keine Lösungsmittel.

DIE KABEL SPANNEN

Gewebte Kabel, wie in dieser Heimfitneßstation angewendet, können leicht verspannt werden. Wenn die Kabel schlaff sind, ehe der Widerstand gespürt wird, sollten die Kabel gespannt werden. Befolgen. Finden Sie die Justierhülse und die Justierschraube in der Nähe des unteren Endes des Kurzen Kabels (23). Lockern Sie die Justierschraube. Ziehen Sie das Ende des Kurzen Kabels bis es straff ist. Schieben Sie die Justierhülse und die Kugel gegen die 3 1/2" Rolle (15) und befestigen Sie die Justierschraube wieder. Achten Sie darauf, daß das Kabel nicht zu sehr gespannt ist, sonst wird das oberste Gewicht von dem Gewichtstapel gehoben.

Falls das Kabel noch zu lose ist, kann es wie folgt straffgezogen werden: finden sie die 5/16" Nylon-Kontermutter (3) nicht weit vom oberen Ende der Vorderen Aufhängestangeh (42). Zur Straffziehung der Kabel halten Sie den 5/16" x 3 1/4" Bolzen (35) fest und drehen Sie an der Nylon-Kontermutter im Uhrzeigersinn.

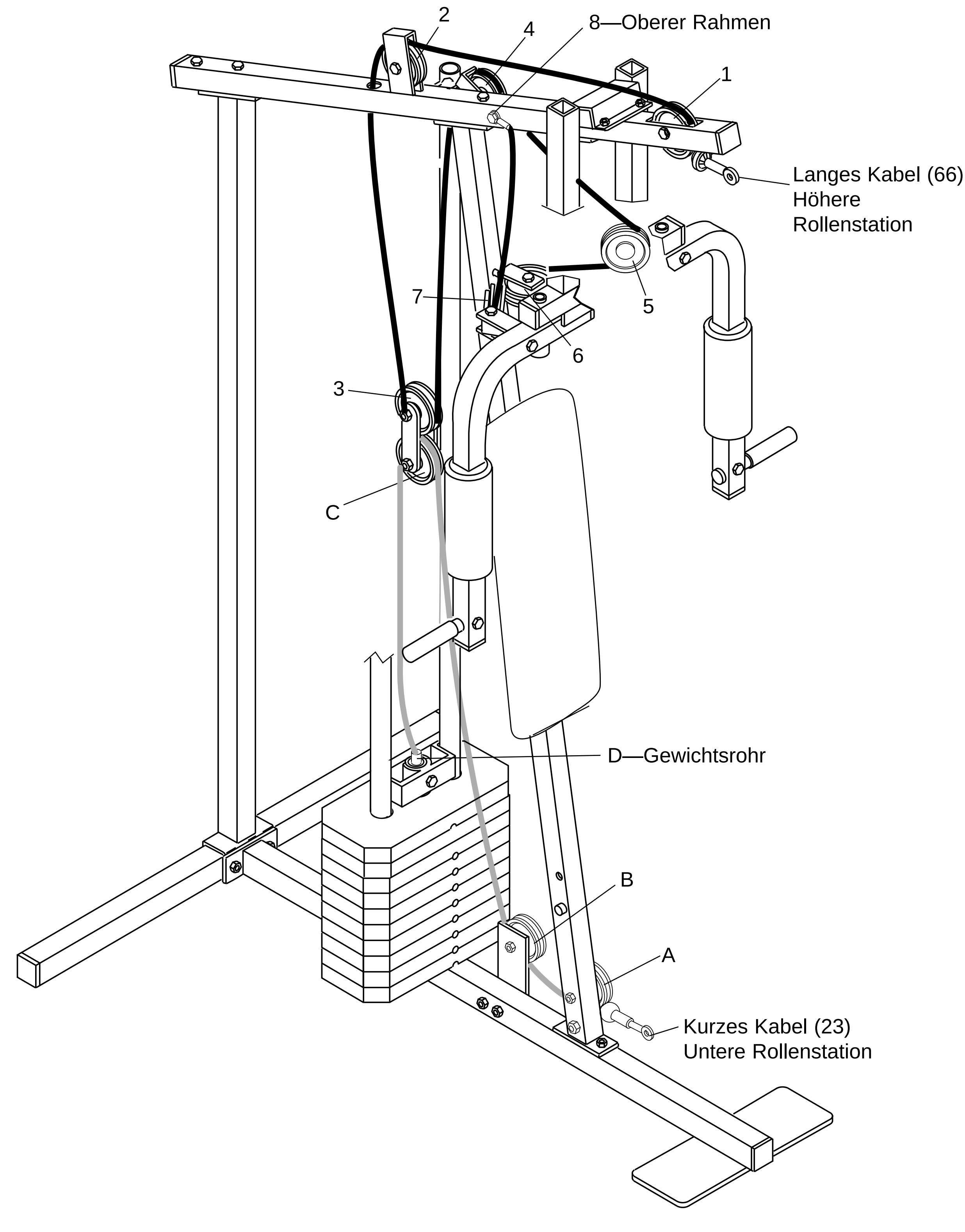


HINWEIS: Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch alle Kabel. Falls das Kabel öfters von der Rolle abrutscht, kann es sein, daß das Kabel verdreht ist. Entfernen Sie das Kabel zunächst und legen Sie es erneut ein.

Falls die Kabel ersetzt werden müssen, sehen Sie unter BESTELLEN VON ERSATZTEILEN auf der Rückseite dieser Anleitung nach. **Ersetzen Sie die Kabel alle zwei Jahre.**

KABELDIAGRAMM

Das Diagramm unten zeigt, wie man das Kurze-Kabel (23) und das Lange Kabel (66) einlegt. Verwenden Sie dieses Diagramm um sicherzugehen, daß die Kabel richtig eingelegt worden sind. Die Buchstaben geben die Führung des Kurzen Kabels (23) an; die Zahlen geben die Führung des Langen Kabels (66) an.



BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

Unter der nachfolgenden Adresse und Telefonnummer können Sie Ersatzteile bestellen:

HealthRider GmbH
Machabäerstr. 56
D-50668 Köln

Tel.: 01805 23 12 44
Fax: 0130 82 55 66

Telefonanrufe außerhalb Deutschlands:
Tel.: 0049 221 91 26 34 0
Fax: 0049 221 91 26 34 9

Damit wir Ihnen leichter behilflich sein können, halten Sie bitte die folgenden Angaben bereit, wenn Sie uns anrufen:

1. Die MODELL-NUMMER des Produktes (WESY60400).

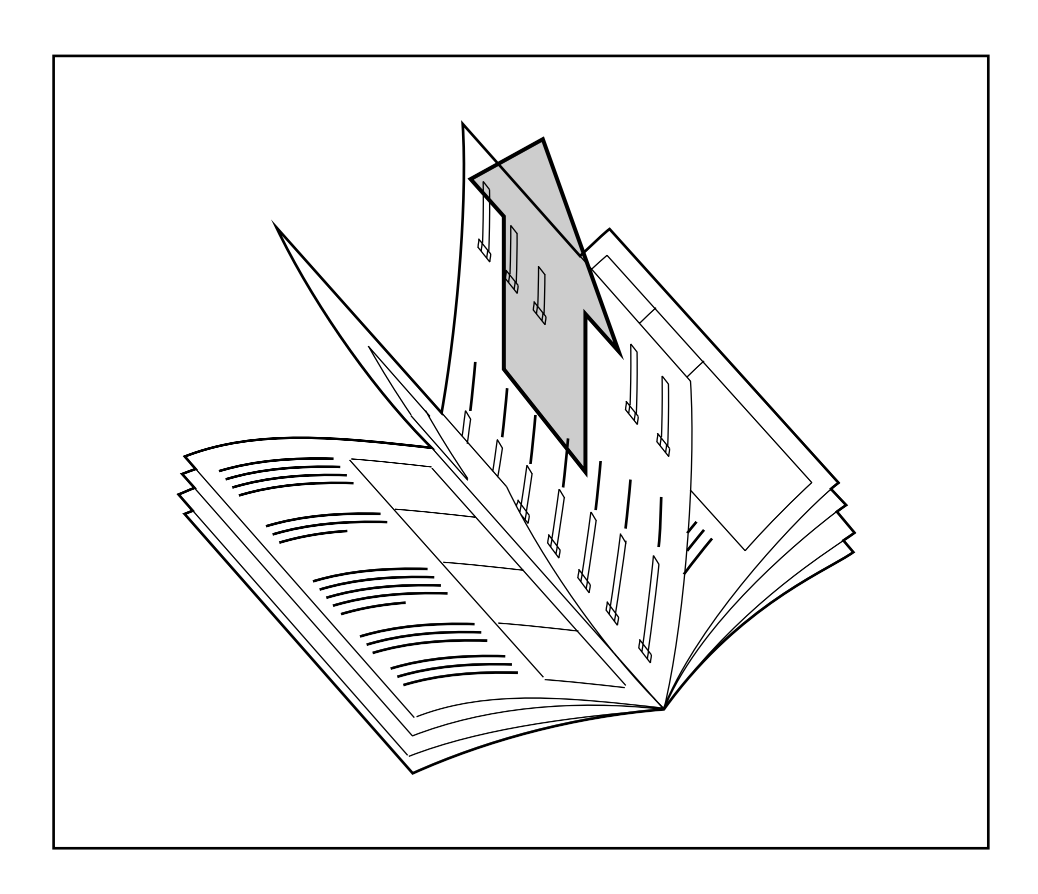
2. Den NAMEN des Produktes (WEIDER® VIPER 2000).

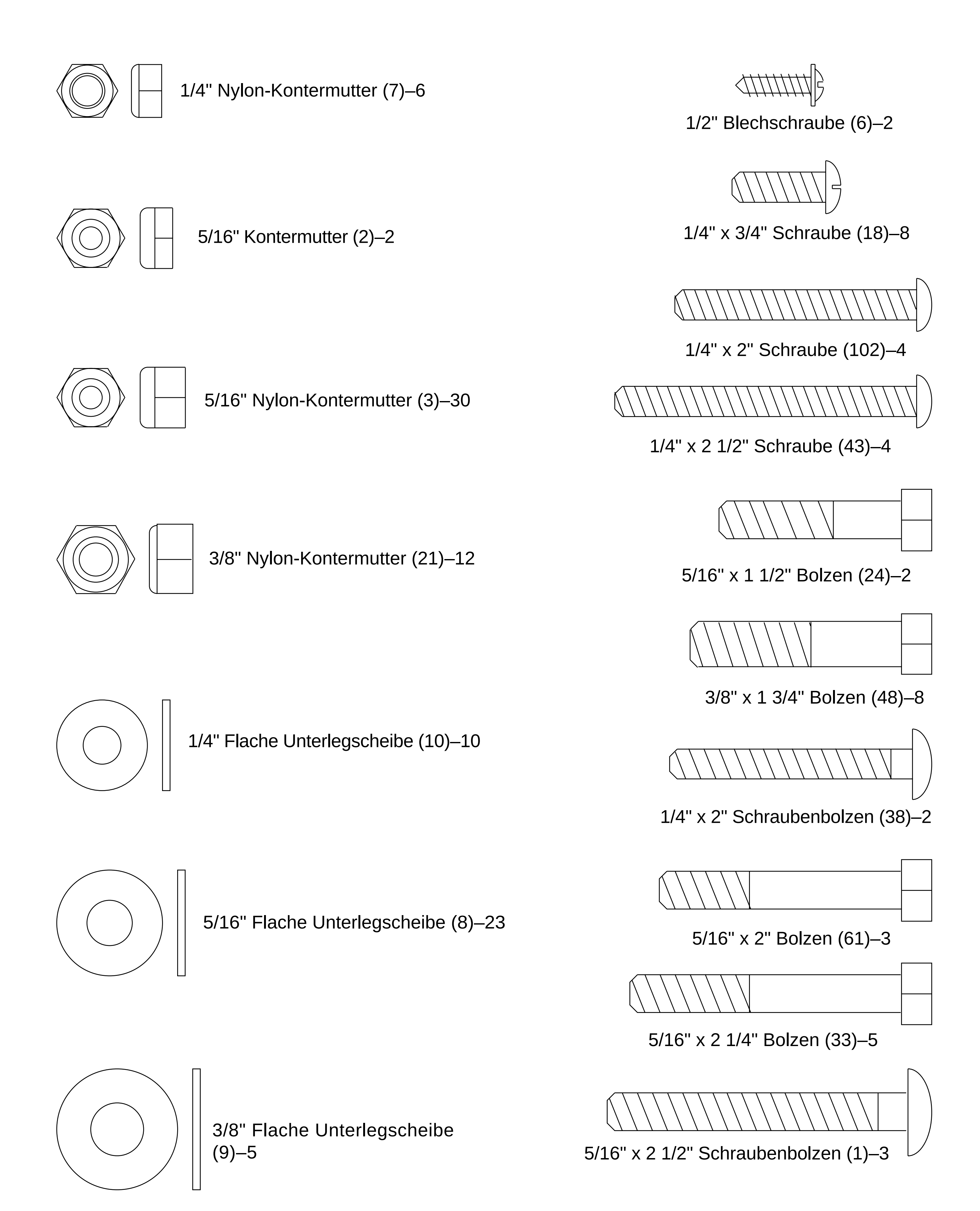
3. Die SERIEN-NUMMER des Produktes (finden Sie auf der ersten Seite).

4. Die BESTELL-NUMMER and BESCHREIBUNG des Ersatzteiles (siehe TEILELISTE/EXPLOSIONSZEICH-NUNG in der Mitte dieser Bedienungsanleitung).

ENTFERNEN SIE DIESES DIAGRAMM ZUR IDENTIFIZIERUNG DER TEILE VON DER BEDIENUNGSANLEITUNG!

Dieses Diagramm wurde beigelegt, um Ihnen bei der Identifizierung der Teile, die zur Montage gebraucht werden, behilflich zu sein. **Wichtig: Einige Teile sind möglicherweise schon vorher zur Erleichterung des Transportes aneinander befestigt worden; sollten Sie daher in dem mitgelieferten Sack ein Teil nicht gleich finden, überprüfen Sie bitte, ob es nicht vielleicht schon an einem anderen Teil befestigt wurde.**




1/4" Nylon-Kontermutter (7)–6
1/2" Blechschraube (6)–2
5/16" Kontermutter (2)–2
1/4" x 3/4" Schraube (18)–8
1/4" x 2" Schraube (102)–4
5/16" Nylon-Kontermutter (3)–30
1/4" x 2 1/2" Schraube (43)–4
3/8" Nylon-Kontermutter (21)–12
5/16" x 1 1/2" Bolzen (24)–2
3/8" x 1 3/4" Bolzen (48)–8
1/4" Flache Unterlegscheibe (10)–10
1/4" x 2" Schraubenbolzen (38)–2
5/16" Flache Unterlegscheibe (8)–23
5/16" x 2" Bolzen (61)–3
5/16" x 2 1/4" Bolzen (33)–5
3/8" Flache Unterlegscheibe
(9)–5
5/16" x 2 1/2" Schraubenbolzen (1)–3

5/16" x 2 3/4" Schraubenbolzen (14)–3

5/16" x 2 3/4" Bolzen (11)–10

3/8" x 2 3/4" Bolzen (70)–3

5/16" x 3" Bolzen (17)–1

5/16" x 3 1/4" Bolzen (35)–2

5/16" x 3 1/2" Bolzen (87)–1

3/8" x 3 1/2" Bolzen (16)–1

5/16" x 6" Bolzen (74)–1

1/2" x 3/8" Abstandstück (51)–2

1/2" x 1/2" Abstandstück (65)–2

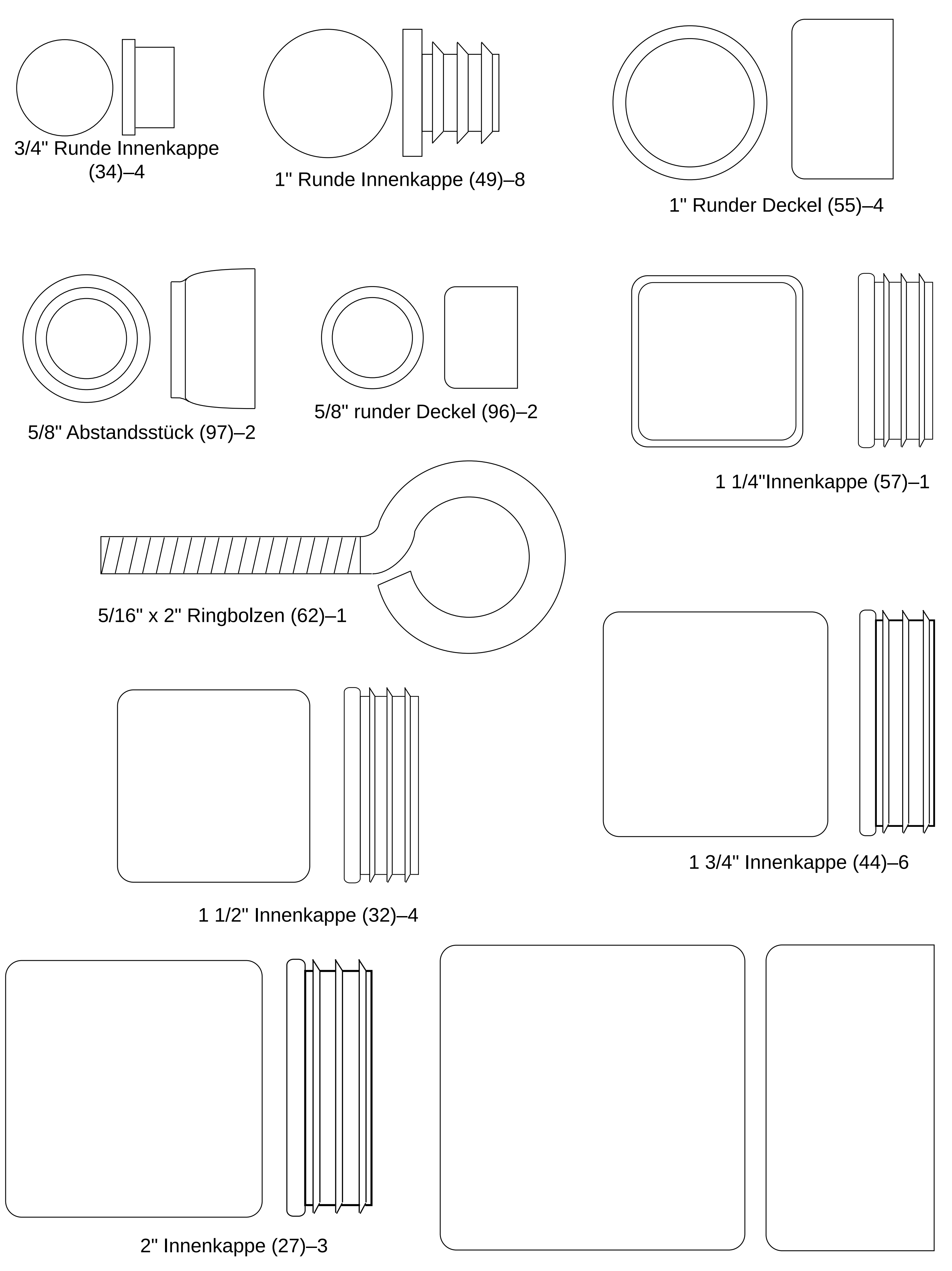
1/2" x 3/4" Abstandstück (73)–2

1" Metallabstandstück (22)

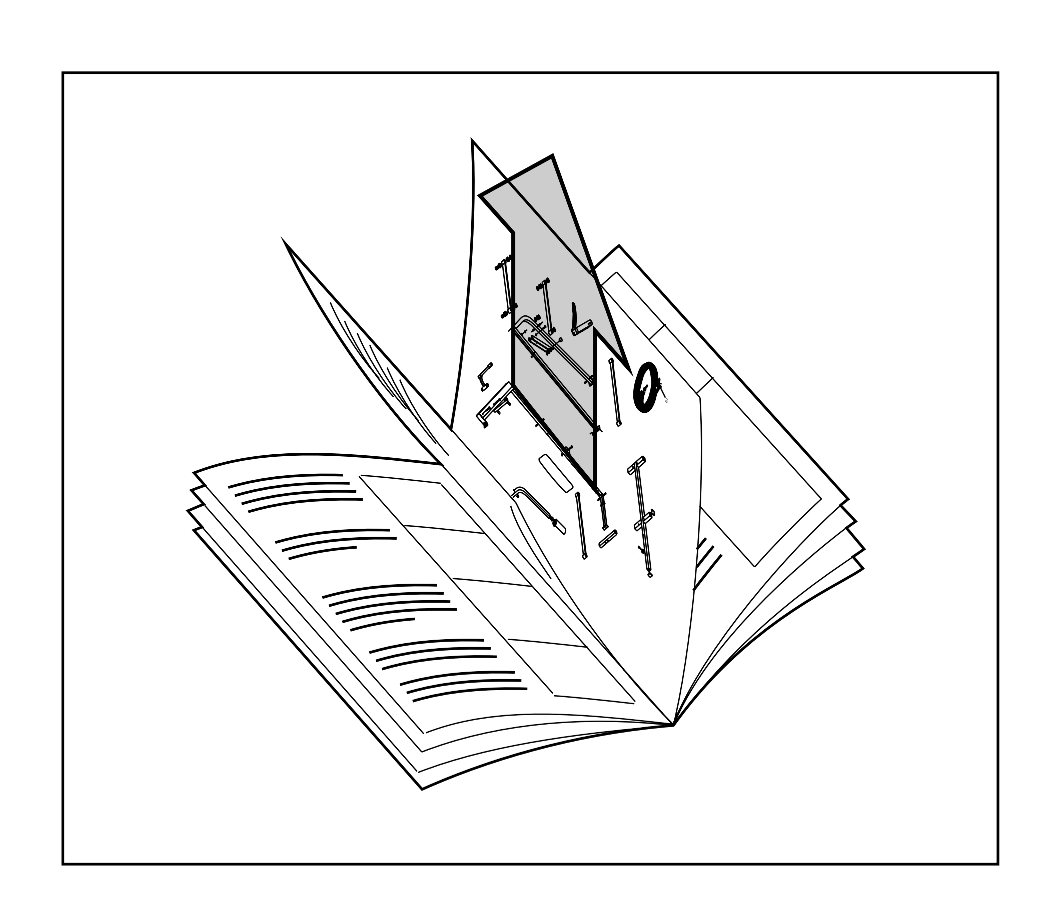
1" Plastik-Stopper (64)–1

5/8" Spannring (95)–2

1" Spannring (54)–6


3/4" Runde Innenkappe
(34)–4
1" Runde Innenkappe (49)–8
1" Runder Deckel (55)–4
5/8" Abstandsstück (97)–2
5/8" runder Deckel (96)–2
1 1/4"Innenkappe (57)–1
5/16" x 2" Ringbolzen (62)–1
1 3/4" Innenkappe (44)–6
1 1/2" Innenkappe (32)–4
2" Innenkappe (27)–3
2" Äußenkappe (88)–2

ENTFERNEN SIE DIESE ERSATZTEILE-LISTE UND DIE DETAILZEICHNUNG VON DER BEDIENUNGSANLEITUNG!



ERSATZTEILELISTE—Modell-Nr. WESY60400

R997A

Bestell-Nr.	Stück	Bezeichnung
1	2	5/16” x 2 1/2” Schraubenbolzen
2	2	5/16” Kontermutter
3	30	5/16” Nylon-Kontermutter
4	1	Grundplatte
5	1	Stabilisierstange
6	2	Blechschraube 1/2”
7	6	1/4” Nylon-Kontermutter
8	23	5/16” Flache Unterlegscheibe
9	5	3/8” Flache Unterlegscheibe
10	10	1/4” Flache Unterlegscheibe
11	10	5/16” x 2 3/4” Bolzen
12	5	Handgriff
13	1	Sitz
14	3	5/16” x 2 3/4” Schraubenbolzen
15	6	3 1/2” Rolle
16	1	3/8” x 3 1/2” Bolzen
17	1	5/16” x 3” Bolzen
18	8	1/4” x 3/4” Schraube
19	2	Gewichtspuffer
20	1	Rollenplatte
21	12	3/8” Nylon-Kontermutter
22	1	1” Metallabstandsstück
23	1	Kurzen Kabel
24	2	5/16” x 1 1/2” Bolzen
25	10	Gewicht
26	1	Gewichtsschlüssel
27	3	2" Innenkappe
28	1	13 1/2” Polsterrohr
29	1	Beinhebel
30	2	6” Polster
31	1	13” Polsterrohr
32	4	1 1/2 ”Innenkappe
33	5	5/16” x 2 1/4” Bolzen
34	4	3/4” Runde Innenkappe
35	2	5/16” x 3 1/4” Bolzen
36	1	Sitzrahme
37	2	Sitzplatte
38	2	1/4” x 2” Schraubenbolzen
39	1	Nylonriemen
40	1	Sitzknopf
41	1	Rückenlehne
42	1	Vordere Aufhängestange
43	4	1/4” x 2 1/2” Schraube
44	6	1 3/4” Innenkappe
45	2	7 3/4” Schaumstoffauflage
46	2	Arm
47	4	7” Griff
48	8	3/8” x 1 3/4” Bolzen
49	8	1” Runde Innenkappe
50	2	5 1/2” Polster
51	2	1/2” x 3/8” Abstandsstück
52	1	Armrahmen

Bestell-Nr.	Stück	Bezeichnung
53	2	Plastikbuchse
54	6	1” Spannring
55	4	1” Runde Deckel
56	2	große U-Klammer
57	1	1 1/4” Innenkappe
58	2	Enge Drehklammer
59	4	Kabelklammer
60	2	4 1/2” “L”-Stift
61	3	5/16” x 2” Bolzen
62	1	5/16” x 2” Ringbolzen
63	1	Stop-Klammer
64	1	1” Plastik-Stopper
65	2	1/2” x 1/2” Abandestücke
66	1	Langen Kabel
67	1	Oberer Rahmen
68	2	Armrahmenbuchse
69	1	Armrahmenklammer
70	3	3/8” x 2 3/4” Bolzen
71	1	Breite Drehklammer
72	2	Gewichtsleitstange
73	2	1/2” x 3/4” Abstandstück
74	1	5/16” x 6” Bolzen
75	1	Einstellungs “U”-Klammer
76	1	5/16” x 3 1/4” Bolzen
77	4	4 1/2” Rolle
78	2	“I”-Platte
79	1	Gewichtsrohrendkappe
80	1	Gewichtsrohr
81	1	Gewichtsleitstangeklammer
82	1	Hintere Aufhängestange
83	3	Karabiner
84	1	Kette
85	1	Lat-Stange
86	1	Stütze
87	1	5/16” x 3 1/2” Bolzen
88	2	2” Außenkappe
89	1	Rechtes Pedal
90	1	Linkes Pedal
91	2	Widerstandszylinder
92	2	Pedalabdeckung
93	4	1 1/2” Buchse
95	2	5/8” Spannring
96	2	5/8” Runde Deckel
97	2	5/8” Abstandstücke
98	1	Beinheber-Rückenlehne
99	2	Beinheber-Armlehne
100	1	Linker Beinheber
101	1	Rechter Beinheber
102	4	1/4” x 2” Schraube
103	1	Plastikflanschbuchse
#	1	Bedienungsanleitung

Note: “#” Deutet auf ein nicht abgebildetes Teil hin. Technische Daten können ohne vorherige Bekanntgabe geändert werden.

DETAILZEICHNUNG—Modell-Nr. WESY60400

